Johann Gottfried Essich,
der Arzneygelahrtheit Doctor, und Mitglied des medizinischen Kollegiums in Augsburg,

Lesebuch

für

angehende und zukünftige

Mütter.

Augsburg,
bey Matthäus Riegers sel. Söhnen.
1787.

Der

Durchlauchtigsten

Fürstinn und Frau,

Frau

Anna Charlotte Dorothea

Herzoginn von Kurland, Semigallien und Sagan,

Reichsgräfinn von Biron und freyen Standesfrau zu Wartenberg ꝛc. ꝛc.

wiedmet

diese kleine Abhandlung

in aller Unterthänigkeit

Johann Gottfried Essich
Med. Doct.

An meine schätzbare Leserinnen!

Vor ohngefähr zwey Jahren machte ich Sie mit denjenigen Mitteln bekannt, wodurch Sie in den Stand gesetzt werden konnten, Ihre und der lieben Ihrigen verlohrene Gesundheit, bey ein und andern vorfallenden Gelegenheiten, beßtmöglichst wiederum herzustellen; nun will ich Ihnen die vornehmsten Ursachen erklären, warum jährlich viele tausend Kinder theils schon in ihrem Urstoff, in ihrer ersten Bildung erstickt, und in Nichts verwandelt werden; und theils auf die elendeste Weise umkommen, da sie kaum gebohren worden. Noch niemals hat es mir an dem Muthe gefehlet, der einen Schriftsteller durch

 die

die kritische Welt führen muß. Jetzt aber, da ich überlege, für wen und von was für einer Materie ich schreibe, ergreife ich die Feder mit zitternder Hand, indem es mir nur allzuwohl bekannt ist, daß Sie nur gern von solchen Dingen hören, die den Witz unterhalten, oder den Verstand belustigen; und daher kann ich auch kaum vermuthen, daß Sie einen Blick auf eine Abhandlung werfen werden, worinn sie den anmuthigen Styl eines Dichters, eines schönen Geistes, oder eines gefälligen Moralisten, ganz und gar vermissen. Wie kann ich glauben, daß Sie eine Abhandlung mit Vergnügen lesen werden, in welcher Worte stehen, die nicht allzuangenehm klingen, und Sachen erkläret werden, die Eckel und Verdruß erregen können! Weil ich dieses aber unmöglich vermeiden kann, und ich auch überzeugt bin, daß ich am nützlichsten werde, wenn ich meinen Nebenmenschen der Barbarey der Unwissenheit und des Vorwitzes entreisse; und wenn ich ihn lehre, wie er auf eine leichte Art sein köstlistes und edelstes Gut auf Erden, nämlich die Gesundheit, erhalten kann, so hoffe ich doch, diese Abhandlung, werde wenigstens von Ei-

nigen unter Ihnen mit Vergnügen gelesen werden.

Nach meinem beßten Vermögen habe ich in einer vor einigen Jahren herausgegebenen Abhandlung über die physische Erziehung der Kinder, hinlängliche Mittel angezeiget, neugebohrne Kinder aus den Klauen des geschäfftigen Würgengels zu erretten. Jetzt will ich Sie mit denjenigen Verwüstungen bekannt machen, welchen Sie während Ihrer Schwangerschaft und Wochenbettes noch immer ausgesetzet sind. Ich für meine Person kann freylich nur die Feinde entdecken, die sich in Ihrem Körper zu dessen Schaden einzuschleichen suchen, und die Mittel anweisen, durch welche Sie auf eine vernünftige Weise die Zufälle, die sich während Ihrer Schwangerschaft und Wochenbettes einzufinden pflegen, heben können. Das ist auch von meiner Seite schon genug, aber zum Vortheile der Menschheit noch viel zu wenig, wenn nicht auch Sie sich mit mir in einer Sie allein angehenden Sache vereinigen. Ihnen zum Beßten habe ich geschrieben; und Sie bitte ich, daß Sie, zu Ihrem selbst eigenen Wohl, meine Lehren liebreich anwen-

den und gebrauchen wollen. Uebrigens aber müssen Sie es meinem Unverstande zu gute halten, wenn ich Sie in dem Verdachte habe, daß Sie sich weniger zur Gesundheitssorge, als zur Galanterie und Wirthschaft, berufen zu seyn glauben. Sie werden mich bekehren, wenn Sie sich von der Pflicht überzeugen lassen, selbst eine Wissenschaft von dem zu haben, was zur Erhaltung Ihrer und Ihrer Leibesfrüchte Gesundheit nöthig ist. Ihr großes Zutrauen zu den Hebammen und zum Weiberrathe stürzet Sie nur leyder zu oft in das Unglück, das allen gutherzigen Seelen begegnet. Sie werden am ersten ein trauriges Opfer der Dummheit und Bosheit. — Sollte nicht schon dieser Bewegungsgrund allein Sie antreiben, gegenwärtige Abhandlung Ihres Anschauens zu würdigen.

Sobald Sie nur die mindesten Kennzeichen einer Schwangerschaft verspüren, so haben Sie eine doppelte Verbindlichkeit zur Beobachtung einer guten Lebensordnung. Denn einmal sind Sie solche der Erhaltung Ihrer eigenen Gesundheit schuldig; und zweytens müssen Sie selbige um Ihrer Kinder

willen

willen beobachten. Denn das Kind bekömmt seine Nahrung einzig und allein aus Ihrem Blute. Sein Wachsthum, seine Gesundheit, seine Stärke, hängen also von der Beschaffenheit des Blutes ab, welches aus Ihren Adern seinen Körper durchströmet. Sind Sie nun gesund, so haben Sie natürlicher Weise auch ein gutes Blut, und Ihre Kinder erlangen eine gesunde und hinlängliche Nahrung. Sie wachsen ordentlich, und nehmen an Stärke der Gliedmaßen zu. Sie kommen zur gehörigen Zeit, mit Lärmen, Schreyen, und Bewegung der Gliederchen, als den herrlichsten Beweisen ihrer Munterkeit, aus ihren finstern Wohnungen an das Tageslicht. Sind Sie aber kränklich, schwächlich, zu jung oder zu alt, oder leben Sie währender Schwangerschaft unordentlich: so können Sie auch keine andere, als kranke, schwache, nicht völlig ausgewachsene, und mit sehr ungesunden Säften angefüllte Kinder zur Welt bringen. Sie müssen einem solchen unvollkommenen Weltbürger, dessen Daseyn nur Krankheiten, Elend und Jammer begleiten, mit der schweresten Mühe abwarten, und mit den ängstlichsten Sorgen, und der größten Vorsicht

erziehen, wenn er soll am Leben bleiben. Und hat er Ihnen viele schlaflose Nächte, einen großen Theil Ihres Vermögens, vielen Kummer und Angst gekostet, so nimmt ihn doch der Tod öfters von Ihrer Seite, ehe noch die Jahre der Kindheit verstrichen sind. Sie können also hieraus den unumstößlichen Schluß ziehen: daß dasjenige die Säfte des Kindes mit verunreiniget, was das Blut der Mutter verderbt; und daß die Gewalt, welche den Körper der Mutter erschüttert und schwächt, auch das Kind unausbleiblich trifft.

Schaudervoll, und die Menschheit entsetzlich entehrend ist der Gedanke: daß jährlich viele tausend Kinder theils schon in ihrem Urstoff, in ihrer ersten Bildung, erstickt, und in Nichts verwandelt werden; theils auf die elendeste Weise umkommen, da sie kaum gebohren worden. Und nichts destoweniger sieht man täglich von dieser unumstößlichen Wahrheit die erschrecklichsten Beyspiele. — Noch nicht genug. — Eben so viele, oder noch mehrere Kinder, erblicken mit einem Körper das Tageslicht, dem in Mutterleibe schon die größte Schwachheit angeerbet

bet ist, und der sodenn durch die ganze Lebenszeit mit schmerzhaften Krankheiten gemartert wird. Sie werden doch nicht glauben, daß dieß den Absichten der Natur gemäß ist? — Unmöglich! — Offenbar streitet dieses wider die unerschöpfliche Güte und Weisheit Gottes. — Oder vermuthen Sie vielleicht daß die Natur itzt andere Gesetze hat, als sie vor einigen Jahrhunderten hatte, und als sie noch heut zu Tage bey denjenigen glücklichen Völkern beobachtet, die eine einfältige aber der menschlichen Natur angemessene Lebensart führen? — O nein! die gütige Natur bleibt bis auf diese Minute in ihren Wirkungen unveränderlich. Wissen Sie, warum die Natur die Bauren, die wilden, die nordlichen Völker mit starken und gesunden Kindern beschenkt? Ich will es Ihnen im Vertrauen sagen: einzig und allein darum, weil diese Menschen zu ihrem größten Glück zu dumm, oder vielmehr zu ehrlich sind, der Natur Gewalt anzuthun. Ganze Nationen könnte ich Ihnen nennen, die nichts von schweren Geburten wissen, und keine gebrechliche Kinder kennen. Aber — es giebt gewisse Länder, und dazu gehöret

vorzüglich auch Deutschland — wo die aufgeklärte Zeiten den Verstand der dortigen Einwohner so dreiste gemacht haben, der Natur Schranken zu setzen, und dieser gütigen Regentinn allen Gehorsam aufzukündigen. Wir Aerzte verwundern uns gar nicht darüber, weil viele Bewohner Deutschlands, wenn sie könnten, so gar die ganze Schöpfung umkehren würden. Die herrschende Mode ist leider bey den meisten Europäern die Richtschnur ihres Wandels; sie überlassen den Predigern und Aerzten die Mühe, die namenlose Verbrechen der Seele und des Körpers wider gut zu machen, um nur der Mode gemäß, nach den Trieben ihrer verdorbenen Neigungen, recht frey zu leben! Es wird Ihnen ohnstreitig aus der Geschichte des alten Testamentes bekannt seyn, daß eine zahlreiche Familie zu allen Zeiten und bey allen Völkern für einen großen Segen des Herrn gehalten worden. Zu unserer Zeit ist dieser Segen weit schätzbarer wegen seiner Seltenheit. Und warum dieses? Blos deßwegen weil wir die Jugend den Lüsten, und das mannbare Alter der Schwelgerey aufopfern; und — diese traurige Folgen einer

unordentlichen Lebensart werden leider unsere Nachkommen noch stärker treffen, weil wir es an den unseligen Vorbereitungen dazu nicht ermangeln lassen.

Werden also jährlich viele Kinder der Wuth des Todes aufgeopfert; — quält ein schwacher Körper und eine angeerbte Krankheit viele Menschen Zeitlebens; — und erinnert ein ungestalteter Körper und zerstümmelte Gliedmaßen viele Menschen an ihre verwahrlosete Kindheit: — so fällt die Schuld davon auf die Aeltern, und leider nur zu oft einzig und allein auf die Mütter. Wenn aber dem also ist, wie es in der heiligen Schrift selbst steht, daß die Sünden der Aeltern an den Kindern bis ins dritte und vierte Glied heimgesucht werden sollen, so wird hierdurch die Pflicht, unsere Gesundheit zu erhalten, ein Gesetz, von dessen Uebertretung wir nicht allein Gott und uns selbst, sondern auch der Obrigkeit und unsern Nachkommen Rechenschaft zu geben haben, und daher haben auch einige weise Fürsten die verderblichen Laster der Uppigkeit, der Wollust, und andere blos sittliche Vergehungen mit bürgerlichen Strafen belegt, und sie

als Verbrechen gegen den Staat betrachtet. Denn alle diejenigen Mütter und Väter, welche sich durch ein zügelloses Leben verwahrlosen, und ihre verdorbene Gesundheit auf ihre elenden Nachkommen fortpflanzen, sind den Spinnen ähnlich, welche ihre Jungen selbst auffressen, indem sie den Kindern, zugleich mit dem Leben, den Samen der Krankheit mittheilen, und die Uhrheber ihres frühzeitigen Todes sind.

Da Sie nun als Mütter einen so großen Antheil an der natürlichen Gesundheit Ihrer Kinder haben, und ihnen, so lange sie unter Ihren Herzen wohnen, Leben, Gesundheit und Tod, Zärtlichkeit, Schwachheit, Kränklichkeit oder Stärke, Dauerhaftigkeit und ein glückliches Alter bestimmen, so sind Sie auch schuldig und verbunden während Ihrer Schwangerschaft genaue Obacht auf sich zu haben. Allein dieß Verhalten ist bey weitem noch nicht hinlänglich genug: Sie müssen zu aller Zeit Ihrer Gesundheit schonen, aber auch Ihre Kräfte gebrauchen und sie nicht verzärteln, damit Sie, ehe Sie einmal Mütter werden, Ihre Säfte in der milden Beschaffenheit erhalten, die zur gesunden Ernäh-

nährung eines Kindes dereinst erfordert werden. Ich verlange deßwegen nicht daß Sie strenge leben, und bey allen Dingen eine ängstliche Wahl anstellen sollen. Das wäre Ihrer Gesundheit wirklich nachtheilig, und bedarf selbst während Ihrer Schwangerschaft einer Einschränkung. Sie müssen nur die Mäßigkeit beobachten, und das alles meiden, wovon die Vernunft und die Erfahrung lehret, daß es schädlich sey.

Sie können nicht glauben, wie groß die Vortheile sind, welche eine gute Lebensordnung Ihnen als angehende und zukünftige Mütter verschaffet. Sie verhindert die schweren, unzeitigen, und Mißgeburten, und befreyet also Ihren Körper von aller starken Arbeit und Gewalt, die nicht allein zu den schweren Wochenbetten Anlaß geben, sondern auch das Andenken der Geburt oft mit schmerzhaften Krankheiten, und nicht selten mit einem Unvermögen zur weitern Empfängniß nachdrücklich befestigen. Sollten Sie nun wohl noch Bedenken tragen, sich dem kleinen Zwange einer vernünftigen Lebensordnung zu unterwerfen, welche die herrlichsten Vortheile verspricht? — Sollten

ten Sie nicht gegenwärtige kleine Abhandlung Ihres Durchlesens würdigen, in welcher Sie die herrlichsten Lehren finden, wodurch Sie in den Stand gesetzt werden, Ihre und Ihrer lieben Kinder Gesundheit beßtmöglich zu erhalten? — das weiß ich freylich zum Voraus, daß diese Abhandlung nicht von Allen mit gleichen Gesinnungen wird aufgenommen werden; vielleicht aber werden doch einige wahre Hausmütter unter Ihnen mir Dank und Erkenntlichkeit zurufen, vielleicht werden Sie diese Arbeit als eine ausübende Pflicht meines Berufes, als eine aufrichtige Gesinnung für das Wohl Ihrer Mitschwestern betrachten, um dem Schwall der einreissenden Uebel einen Damm entgegen zu setzen: allein die mehresten, welchen die Vorurtheile, die übeln Gewohnheiten und Ausschweifungen aus Eigensinn zur andern Natur geworden sind, werden wohl diese kleine Abhandlung als ein Abentheuer betrachten, und es wird noch sehr viel seyn, wenn sie von Vernunft und Erfahrung überzeugt sich nur begnügen werden zu sagen: ja wenn ich meine Lebensart nach den Regeln des Arztes einrichten müßte, so wäre ich ein rechter

Sklav

Sklav meiner Gesundheit; ich wollte lieber nicht leben, als mich so elend an die sklavische Lebensart binden, u. d. gl. — Es ist freylich wahr, eine vernünftige Lebensart ist gerade das Widerspiel des weichen Lebens und der Schwelgerey, freylich werden sich diese zwey schwerlich oder gar nicht zusammen reimen, aber ich hoffe doch der unausbleibliche Schaden den Sie sich durch eine weiche und schwelgerische Lebensart zuziehen, wird Sie eines bessern belehren. Ich werde gewis nichts unangemerkt vorbeygehen lassen, was ich in Ihrer Lebensart anstößiges finde; ich werde als ein wohlmeinender aufrichtiger Beobachter alle Fehler derselben ernstlich vorzutragen suchen, und ein jeder unpartheyischer Leser soll meine Erfahrung, und die daraus gezogenen Vernunftschlüsse beurtheilen. Auch kleine Fehler, welche öfters selbst von Aerzten nicht geachtet werden, und dennoch sehr oft böse Folgen nach sich ziehen, welche nur darum beybehalten werden, weil sie die Mütter von den Großmüttern als ein Familienrecht erlernet haben, werde ich anmerken, ohne daß ich hoffe, man werde mich eines gezwungenen furchtsamen Nachgrübelns beschuldigen.

Dieß ist also der Entwurf meiner Arbeit, welche ich nach aller Möglichkeit auszuführen trachten werde, um meinen Zweck zu erreichen, das ist, Ihnen begreiflich zu machen, und Sie durch Vernunftschlüsse, durch Erfahrungen zu überzeugen, daß ich diese kleine Arbeit aus keiner andern Absicht unternommen habe, als um Ihr eigenes Wohl allein zu befördern. Wie glücklich werde ich mich schätzen, wenn ich einige Folgen meiner unternommenen Arbeit beobachten werde! Es wird die einzige Belohnung seyn, welche ich von Ihnen erwarten kann. Uebrigens wünsche ich allen meinen schätzbarsten Leserinnen, lauter solche vortreffliche Ehemänner, so wie sie der berühmte Dichter Bürger in nachstehenden Reimen besungen hat:

Wer nie in schnöder Wollust Schoos
Die Fülle der Gesundheit gos,
Den ziemt's, daß er sich brüsten kan;
Ihn ziemt das Wort: Ich bin ein Man!

* *
*

Denn er gedeiht und und sproßt empor,
Wie auf der Wieß' ein schlankes Rohr.
Und lebt und webt, der Gottheit vol,
An Kraft und Schönheit ein Apol.

Die

Die Götterkraft, die ihn durchfleußt,
Beflügelt seinen Feuergeist,
Und treibt, aus kalter Dämmerung,
Gen Himmel seinen Adlerschwung.

* *
*

Er badet sich im Sommermeer
Und Klarheit strömet um ihn her.
Dann wandelt sein verklärter Sin
Durch alle Schöpfung Gottes hin.

* *
*

Und er durchspäht, und wägt, und mißt,
Was in der Schöpfung herlich ist,
Und stellt es dar in Red' und Sang,
Vol Harmonie, wie Himmelsklang.

* *
*

O schaut, wie er vol Majestät,
Ein Gott, daher auf Erden geht!
Er geht und steht in Herlichkeit,
Und fleht um nichts; denn er gebeut.

* *
*

Sein Auge funkelt dunkelhell,
Wie ein krystallner Schattenquell.
Sein Antlitz stralt, wie Morgenrot;
Auf Naß' und Stirn herscht Machtgeboth.

* *
*

Das Machtgeboth, das drauf regiert,
Wird hui! durch seinen Arm volführt.
Denn der schnelt aus, wie Federstal;
Sein Schwerthieb ist ein Wetterstral.

* *
*

Das Roß fühlt seines Schenkels Macht,
Der nimmer wanket, nimmer kracht.
Er zwängt das Roß, vom Zwang entwönt,
Er zwängt das Roß, und horch! es stöhnt.

* *
*

Er geht und steht in Herlichkeit,
Und fleht um nichts; denn er gebeut:
Und dennoch schaut, wo er sich zeigt,
O schaut, wie ihm sich alles neigt!

* *
*

Die edelsten der Jungfraun blühn,
Sie blühn und duften nur für ihn.
O Glückliche, die er erkießt!
O Selige, die sein genießt!

* *
*

Die Fülle seines Lebens glänzt,
Wie Wein, von Rosen rund umkränzt.
Sein glücklich Weib, an seiner Brust,
Berauscht sich draus zu Lieb' und Lust.

Froh-

* *
*

Frohlockend blickt sie rund umher:
„Wo sind der Männer mehr, wie Er?“
Fleuch, Zärtling, fleuch! Sie spottet dein.
Nur Er nimt Bett und Busen ein.

* *
*

Sie steht und fodert auf umher:
„Wo ist, wo ist ein Mann, wie Er?“
Sie, ihm allein getreu und hold,
Erkauft kein Fürst mit Ehr' und Gold.

* *
*

Wie, wann der Lenz die Erd umfäht,
Drob sie mit Blumen schwanger geht:
So segnet Gott durch ihn sein Weib,
Und Blumen trägt ihr edler Leib.

* *
*

Die alle blühn, wie Sie und Er,
Sie blühn und duften um ihn her;
Und wachsen auf, ein Zedernwald,
Vol Vaterkraft und Wohlgestalt. —

* *
*

So glänzt der Lohn, den der genießt,
So das Geschlecht, das dem entsprießt,
Der nie in schnöder Wollust Schoos
Die Fülle der Gesundheit gos.

Hat Ihnen die göttliche Vorsicht solche vortreffliche Ehemänner bescheert, so wünsche ich Ihnen zum Beschluß meiner Vorrede die nämliche herrliche Gesinnung und sich so besonders auszeichnende mütterliche Denkungsart, welche die itzt regierende erhabene

Anna Charlotte Dorothea Herzoginn zu Kurland,

in einem zu Ende des abgewichenen Jahres an die Stände Ihres Herzogthums abgelassenen Schreiben, zu Ihrem unsterblichen Ruhme geäussert hat.

Inhalt
der
Abtheilungen und der darinn vorkommenden merkwürdigsten Sachen.

Erste Abtheilung.

Von den Kennzeichen der Schwangerschaft. Seite 1
Zeichen einer bevorstehenden Schwangerschaft. 3
Vorbauungsmittel zur Verhütung der während der Schwangerschaft vorkommenden natürlichen Unordnungen. 7

Zweyte Abtheilung.

Von der Kleidung. 8
Unausbleibliche Uebel, welche aus dem Gebrauche der zu engen Schnürleiber zu entstehen pflegen. 12

Dritte Abtheilung.

Von der Luft. 16
Was der Aufenthalt in freyer Luft für einen Nutzen bringe. Ebendas.
Uebel, welche aus der schleunigen Erkältung eines erhitzten Körpers entstehen. 19
Auf was für eine Art die Erfrischung der Luft in dem Zimmer zu bewerkstelligen. 20
Uebel, welche aus dem Gebrauche der Kohlkessel zu entstehen pflegen. 26
Ueble Zufälle, welche die warmen feuchten Dünste zuziehen. Ebendas.
Uebel, welche aus dem Gebrauch die Zimmer mit weissem Sand auszureiben, um sie zu säubern, zu entstehen pflegen. 28
Schädlichkeit der mit Wachs überzogenen Fußböden. 29

Schäd-

Schädlichkeit der mit vielen Federn angefüllten Better. Seite 30
— — der mit Polstern bedeckter Sessel. Ebendas.

Vierte Abtheilung.

Vom Essen und Trinken. 31
Schädlicher Gebrauch kupferner und messingener Geschirre. Ebendas.
Schädliche Speisen in der Schwangerschaft. 39
Gesunde Speisen in der Schwangerschaft. 42
Gute und schädliche Wirkungen des Thees. 45
Wirkungen des Kaffees. 47
Wirkungen der Schokolade. 53
Wirkungen des Bischoffs. Ebendas.
Schädlichkeit des Puntsches. 54
Heilsame Wirkungen des Wassers. 55
Wohlthätige Eigenschaften des mit Citronensaft und Zucker, oder Weineßig gemischten Wassers, und dergleichen ähnlicher kühlender Julepe. 56
Was für Speisen beym Genusse häufiger säuerlicher Getränke zu vermeiden, und welchen Frauenzimmern diese Getränke schädlich sind. 57
Hauptstoff bey jedem Bier. 59
Schädliche Wirkungen malzreicher Biere. Ebendas.
Eigenschaften hopfenreicher Biere. 60
Eigenschaften des weissen Bieres. Ebendas.
Kräfte und Eigenschaften des Weines. 61
Schädlichkeit der herben, sauren, süßen und jungen Weine. 62

Fünfte Abtheilung.

Von der Bewegung und Ruhe. 63
Unschätzbarer Nutzen der Leibesbewegung. 64
Geschickteste Leibesbewegungen für das Frauenzimmer. 66
Schädlichkeit des geschwinden Fahrens für schwangere Frauen. 72
Durch was für Mittel schwangere Frauen das Fallen verhüten können. 73

Schädlichkeit der anhaltenden Ruhe. Seite 75
Schädliche Folgen, welche daraus entstehen, wenn schwangere Frauen den ganzen Tag bey ihren Arbeiten, mit eingebogener Brust und gebeugtem Körper sitzen. 80

Sechste Abtheilung.

Vom Schlafen und Wachen. 81
Wirkungen des Schlafes. 82
Hilfsmittel zu einem süssen und ununterbrochenen Schlafe. 83
Unausbleibliche Störer der nächtlichen Ruhe. 85
Wie sich schwangere Frauen in Anbetracht des Liegens zu verhalten haben. 86

Siebente Abtheilung.

Von den Gemüthsbewegungen und von den Wirkungen der Einbildungskraft. 88
Beantwortung der Frage: Ist in einem schönen Leib allemal eine schöne Seele? 89
Schädlichkeit der Affekten überhaupt. 94
Schädlichkeit des Schrecken und Zorns. 98
Schädlichkeit der Traurigkeit. 101
Mittel, die kläglichen und grausamen Folgen der übermäßigen Leidenschaften zu verhüten. 105
Mittel, dem Schrecken auszuweichen. 106
Was von der Einbildungskraft zu halten seye. Ebend.

Achte Abtheilung.

Von ein und andern der Gesundheit höchst nachtheiligen Gewohnheiten. 110
I. Von der Schädlichkeit des Schminkens. 111
II. Von Vernachläßigung der gehörigen Reinlichkeit. 117
III. Von der schädlichen Zurückhaltung der natürlichen Auswurfsfeuchtigkeiten. 122
IV. Von der Schädlichkeit der wohlriechenden Haarsalben und dergleichen Wassern. 128

V. Von

V. Von dem schädlichen Gebrauch der Ferngläser. Seite 129
VI. Von dem schädlichen Mißbrauche des Aderlassens. 132
VII. Von der schädlichen Neigung zum vielen Arzneyeinehmen, wie auch von den sogesannten Universalheilmitteln. 134

Neunte Abtheilung.

Von den Ursachen einer frühzeitigen Geburt. 140
Mittel zur Verstärkung der Wehen, um dadurch die Geburt einer todten Leibesfrucht zu beschleunigen. 146
Zeichen, woraus eine schwangere Frau abnehmen kann, daß sie ein todtes Kind trage. 147
Mittel das Mißgebähren zu verhüten. 149
Mittel zur Stillung wilder Wehen und unordentlicher Krämpfe. 150
Mittel zur Verhütung einer Mißgeburt, welche von einer vorhergegangenen starken Erhitzung des Blutes entstehen will. 151

Zehnte Abtheilung.

Von den untrüglichen Kennzeichen einer herannahenden Geburtszeit. 153
Gewisse und richtige Zeitrechnung der Schwangerschaft. 154
Untrügliche Erscheinungen, welche vor, in, und nach der Geburt sich zeigen. 156
Kennzeichen falscher oder wilder Wehen. 160
Kennzeichen wahrer Wehen. 161
Fälle, in denen man während der Geburt, der Natur mit Arzneyen zu Hilfe kommen muß. 162
Stärkendes Mittel, wenn die Kräfte bey wirklich eintretender Geburt fehlen. 164
Mittel zur Vertreibung wilder Wehen. 165

Eilfte Abtheilung.

Von dem gehörigen Verhalten der Kindbetterinnen. Seite 172
Wie ein Kindbettzimmer beschaffen seyn soll. 174
Schädliche Speisen für eine Kindbetterinn. 177
Dienliche Speisen für eine Kindbetterinn. 179
Schädliche Getränke für eine Kindbetterinn. 180
Dienliche Getränke für eine Kindbetterinn. 181
Von was die Dauer und Heftigkeit des Milchfiebers abhange. 186
Behandlung der Brüste. 189

Zwölfte Abtheilung.

Von der Pflicht die Kinder zu säugen. 190

Dreyzehnte Abtheilung.

Von der gehörigen Beschaffenheit einer gesunden Säugamme. 204

Vierzehnte Abtheilung.

Von der allgemeinen Erziehungsart der neugebohrnen Kinder. 219
I. Von den Windeln. 221
Schädliche Folgen, welche aus dem zu starken Einfätschen der neugebohrnen Kinder zu entstehen pflegen. 222
II. Von der Säuberung des Kindes. 228
Klystier bey Verstopfung kleiner Kinder anzuwenden. 232
III. Von der Nahrung. 233
Veränderungen, denen erwachsene Personen unterworfen sind, wenn sie ein abführendes Mittel nehmen. 234
Schädliche Folgen welche entstehen, wenn man dem neugebohrnen Kinde einen abführenden Saft giebt. Ebendas.

Mit

Mittel, welches die verhaltenen Unreinigkeiten des Kindes, ohne den mindesten Reiz zu erwecken, abführt. Seite 235
Schädliche Folgen welche aus dem gewöhnlichen Kindsbrey oder Muß entstehen. 236
IV. Von dem Schnuller oder Noller. 238
Schädliche Folgen, welche von dem Gebrauch des Schnullers entstehen. 239
Ueble Folgen, welche vom dem Gebrauch des sogenannten Düttleins oder Zutschkännngens ihren Ursprung nehmen. 241
V. Von der Bewegung. 242
Unschädlichkeit des Wiegens. 243

Fünfzehnte Abtheilung.

Von der Lebensordnung der entwöhnten und zu laufen anfangenden Kinder. 247
I. Von der Reinlichkeit. 251
II. Von der Kleidung. 253
III. Von der Nahrung. 257
IV. Von der Bewegung und Ruhe. 259

Sechszehnte Abtheilung.

Von der moralischen Erziehung. 263

Erste

Erste Abtheilung.

Von den Kennzeichen der Schwangerschaft.

Ehe und bevor ich Sie mit derjenigen Lebensart bekannt mache, wodurch Sie in den Stand gesetzt werden, Ihr und Ihrer Leibesfrüchte Wohlseyn bestmöglichst zu befördern, muß ich nothwendigerweise mit den Kennzeichen der Schwangerschaft den Anfang machen. Denn die Frage: Ob ein lediges oder verheurathetes Frauenzimmer wirklich schwanger sey, ist in vielen Fällen äußerst wichtig. Hier mögte Sie überflüßig zu seyn scheinen, weil diejenigen unter Ihnen, welche schon einigemal schwanger gewesen, an sich aus der Erfahrung gelernet haben, woraus Sie ihren Zustand sicher erkennen sollen, ehe

man es ihnen ansehen kann. Zahnschmerzen, Kopfschmerzen, Leberflecken, sind ihre Vorzeichen, die Ihnen alle ängstliche Untersuchung ersparen. Es ist aber für viele andere unter Ihnen nothwendig, daß ich diese Abtheilung schreibe. Ich muß die jungen Frauen unter Ihnen, die noch Neulinge in der Ehe sind, und sich aus Bescheidenheit nicht gerne um die Ehestandsangelegenheiten bey ihren Freundinnen erkundigen wollen, aus der Verlegenheit reißen: Ihnen würde ich es im höchsten Grade verdenken, wenn sie nicht diese Abtheilung in der Stille nachsähen, um den Gefahren auszuweichen, in welche sie sonst ihre Unwissenheit stürzen kann. Denn sie glauben mehrentheils nicht eher, daß sie gesegneten Leibes sind, als bis es Ihnen die ganze Welt sagen kann. Unterdessen aber leben sie unbesorgt mit aller jungfräulichen Lebhaftigkeit, und bereiten sich, leider! in stolzer Sicherheit viele künftige Uebel. So wahr es ist, daß Sie in der ersten Schwangerschaft die Anlage zu den folgenden glücklichen oder unglücklichen Geburten machen können, so gewiß ist es auch, daß Sie in den ersten Monaten der Schwangerschaft sich und dem Kinde den meisten Schaden zufügen können. Die Natur Ihres Körpers wird sehr leicht verwöhnet. Stehen Sie das erstemal eine schwere oder unzeitige Niederkunft aus, so müssen Sie solche nachher öfter leiden. Daher ist es meine Schuldigkeit sowohl die neuen

Ehefrauen, wie auch die Zärtlichen und Schwächlichen, und diejenigen unter Ihnen, welche erst auf die Veränderung ihrer Leibesgestalt warten, daran zu erinnern, daß sie gleich anfänglich eine Gewißheit von ihrer Schwangerschaft einziehen, um die gehörigen Behutsamkeiten zu gebrauchen.

Die Zeichen einer bevorstehenden Schwangerschaft sind folgende: Hat eine Frau empfangen, so spüret sie nach einigen Tagen eine besondere Müdigkeit und Trägheit der Glieder, eine ganz eigene Alteration des Körpers, die sich nur empfinden, und nicht beschreiben läßt, und ein Frösteln, so, daß sie klaget, daß es sie beständig friere, und ihr eine Gänsehaut auflaufe. Dabey fängt sie an, entweder niedergeschlagen oder verdrüßlich, mürrisch und wunderlich zu werden. Es finden sich Uebelkeiten, Brechen, und Eckel wider die Fleischbrühen; und im dritten oder vierten Monate bekömmt sie einen heißen Hunger, einen verderbten Appetit, entweder auf eine gewisse Speise, oder auf Dinge die in keinem Kochbuch stehen.

Die eben beschriebenen Zufälle sind also die gewissesten Zeichen der Schwangerschaft, wenn dabey Ihr Monatliches nicht mehr fließet. Diese Reinigung bleibt alsdann deswegen aus, weil Ihr Blut nunmehr zu

wichtigern Endzwecken nöthig ist. Es muß die Adern des Kindes nach und nach anfüllen, und einen Theil zur Absönderung der Milch in den Brüsten hergeben. Daher schwellen Ihre Brüste nach einigen Monaten, und enthalten ein wässerigtes Wesen das allmählig zu einer vollkommnen Milch wird. Endlich kömmt das sichtbarste Zeichen, der aufschwellende Bauch dazu, welcher nach dem vierten Monate sich mehr nach vorne ausdehnet, und in der folgenden Zeit in dem Verhältnisse zunimmt, da das Kind immer größer wird. Von der Gegenwart einer lebendigen Leibesfrucht überzeuget Sie zuletzt die Bewegung des Kindes, welche Sie gemeiniglich zwischen dem vierten und fünften Monate fühlen.

Bey dem allem aber müssen sie sich hüten, daß sie nicht einer wassersüchtigen oder windsüchtigen Freundinn zu einer baldigen Niederkunft gratuliren. Es haben wohl schon junge Aerzte, denen man billig bessere Einsichten zutrauet, Schande damit eingeleget. Sie brauchen keine große Gelehrsamkeit, um die Art dieser verschiedenen Geschwulsten zu unterscheiden. Eine schwangere Frau hat meistens ein gesundes frisches Ansehen im Gesichte; und die größte Erhabenheit des Bauches ist vorne, auf den Seiten aber ist derselbe platter und schlanker. Dagegen träget sich eine wassersüchtige Frau nicht mit einem

Bauche, der allenthalben gleich stark ausgespannet ist, und dessen Geschwulst etwas sinket, wenn sie sich auf den Rücken leget. Dabey sieht Sie im Gesichte bleich, gedunsen oder ungesund aus, und wird an der Brust und den Aermen sehr mager. Sie klaget auch über einen gänzlichen Mangel des Appetits, über eine starke Schwere und Trägheit der Glieder, und dergleichen andere wirklich kränkliche Zufälle.

Auch können Sie sich sehr betrügen, wenn Sie, wie es gemeiniglich geschieht, von dem Ausbleiben des Monatlichen auf eine Schwangerschaft muthmassen. Denn man hat Beyspiele, daß einige Frauen währender ganzen Schwangerschaft ihr Monatliches gehabt haben; und bey einer andern kann der Mangel des Monatlichen aus kränklichen Ursachen herrühren. Eben so wenig sind aufgetriebene und von einem Milch ähnlichen Safte erfüllte Brüste ein sicheres Merkmaal einer vorhandenen oder gewesenen Schwangerschaft; weil eine Jungfer, die nie einen Mann erkannt hat, durch Krankheit, oder zuweilen durch kleine Tändeleyen, in dieselben Umstände gerathen kann. Also kann man eine Frau nicht eher für schwanger erklären, als wenn sie bey dem Ausbleiben des Monatlichen sonst gesund und wohl ist, und nur über die oben erzählten Unpäßlichkeiten klaget.

Einen großen Fehler aber begehen viele unter Ihnen, wenn Sie, da Sie kaum in dem gesegneten Stande sich befinden, eine Hebamme rufen lassen, um sich bey dieser Rathes zu erholen, eben als ob ihre geschickten Finger ihrem Gehirne so viele Gelehrsamkeit mitgetheilet hätten, daß sie alle vorkommenden Unordnungen erkennen, und mit ihrem albernen Weiberrathe abhelfen könnte. Einige nun von diesen machen sich recht groß damit, wenn sie hundert und mehr Wunderwerke von ihrem Magen = Mutter= und Kindergeiste, als so viele Beweisthümer ihrer Kenntniß, Erfahrung und Gelehrsamkeit daher zu erzählen wissen; und das gewisse geheimnißvolle, oder kecke und grobe Betragen gewinnt sodann Ihr Vertrauen in einem Augenblicke. Verspüren sie nun von ungefähr in dem nämlichen Augenblicke, als die Hebamme bey Ihnen in Visite sitzt, und mit größter Begierde den ihr vorgesetzten Kaffee hinunterschlürft, eine kleine Unpäßlichkeit, die entweder von Blähungen, oder einem schwachen Magen ihren Ursprung genommen, so muß sie sogleich ein Mittel herbeyschaffen um diesen Zufällen abzuhelfen; nun macht sich diese hochgelehrte Schurzdoktorinn den Zeitpunkt zu nutzen, und verordnet gemeiniglich ein Mittel, welches in Ihrem Körper noch mehr Unordnungen macht, und das ist ganz natürlich; denn eine Hebamme weiß ja sonst nichts, als die zur Geburtshülfe nothwendi-

gen

gen Handgriffe, und allenfalls das Kind in Windeln einzuwickeln: denn Zergliederungskunst, und innerliche Beschaffenheit Ihres Körpers, die Ursachen der vorkommenden Unordnungen während der Schwangerschaft, und noch viele andere Umstände mehr, sind ja lauter spannische Dörfer für eine Hebamme. Damit sie aber in Zukunft nicht nöthig haben, bey einer jeden natürlichen Unordnung, der Sie manchmal während der Schwangerschaft ausgesetzt sind, sogleich die Hebamme herbeyholen zu lassen, so will ich Ihnen folgende Mittel empfehlen:

Seyn Sie mäßig im Essen und Trinken. Vermeiden Sie vor allem die Schnürbrust, und verhindern Sie nicht durch Binden den Umlauf des Geblütes.

Bedienen Sie sich einer behutsamen Bewegung des Körpers, und übertreiben Sie diese nie.

Entsagen Sie fleißig allen üblen Gewohnheiten. Meiden Sie hauptsächlich den Beyschlaf.

Mit diesem Recept werden Sie gewiß den mehresten Gefahren ausweichen, welche in solchem Zustande vorzukommen pflegen.

Zweyte Abtheilung.

Von der Kleidung.

Gewohnheit macht den Fehler schön,
Den wir von Jugend auf geseh'n.
Vergebens wirds ein Kluger wagen,
Und, daß wir thöricht sind, uns sagen.
Wir selber halten ihn dafür,
Bloß weil er klüger ist, als wir.

Da ich nur zu wohl weis, was das heiße, allgemeine Nationalvorurtheile und hergebrachte Gewohnheiten zu bestreiten, so kann ich mir es freylich nur im Traume einfallen lassen, in Anbetracht Ihrer Kleidung einige Aenderung vorzuschlagen, und ich werde daher sehr wenig von einer Materie reden, davon ich genug zu sagen hätte, und die schon so oft der Gegenstand der boshaften Satyre gewesen. Selbst in einer allgemeinen Abhandlung von der Kleidung würde ich Ihre Tracht nur im Vorbeygehen berühren. Denn ich weis recht gut, daß Sie bey Verfertigung eines Kleides andere Leute, als einen Arzt, für nöthiger halten, und nach andern Grund-

säzen verfahren, als nach denen, die ich vortragen würde. Mehr nicht, als einige Seiten, will ich hier den Schwangern unter Ihnen, von der Bedeckung ihres Leibes zu lesen geben. Da der Unterleib während der Schwangerschaft sich immer mehr ausdehnet, und einen großen Raum einnimmt, so ist es höchst nothwendig, daß alle Ihre Kleidungsstücke sehr weit und bequem seyn müssen, damit die schon gepreßten Eingeweide nicht noch stärker gedrücket, und in ihren natürlichen Verrichtungen noch mehr gehindert werden. Die Frauen unter Ihnen, die durch öftere Schwangerschaften, wie eine Türkinn, denken gelernet, welche eine Ehre darinn suchet, viele Kinder zu haben, sorgen hierinn von selbst für ihre Bequemlichkeit. Allein die Neulinge unter Ihnen unterwerfen sich lieber dem Zwange und den Gefahren, um einen Betrug zu begehen, der zu nichts hilft. Sie achten es nicht, daß Ihre Lungen die Luft, wie verstopfte Schläuche, pfeiffend ein- und ausathmen, und daß die Blähungen in Ihrem Leibe heulen und donnern, wenn Ihnen nur die Schnürbrüste das Ansehen einer Jungfer geben. Ihre Zärtlichkeit wird aber doch erschüttert werden, wenn ich Sie nun mit den großen Gefahren bekannt machen werde, denen Sie sich durch den Gebrauch gar zu enger Schnürleiber, mit Gewalt aussetzen.

Sie sind zwar sinnreich genug zur Vertheidigung dieser steifen Panzer allerhand Entschuldigungen anzugeben; und sagen zum Beweis:

Ein engzusammengeschnürter, langer Leib ist die schönste Zierde des weiblichen Geschlechtes.

Was können Sie doch schönes an einem Leibe finden, der auf Schrauben gesetzt, und von Holz geschnitzt zu seyn scheint? Die größten Künstler in der Bildhauerey und Mahlerey suchen ja so viel möglich das steife, gezwungene Wesen zu vermeiden, und warum? — Weil alle Kenner dieses einhellig verwerfen, und als etwas widernatürliches ansehen, welches das Auge beleidiget; da hingegen das Natürliche, Ungezwungene, so sehr bewundert wird. Allein dieses können Sie bald widerlegen, denn der Machtspruch: **Es ist Mode**, wirft alle, auch noch so gegründete, Vernunftschlüsse über den Haufen.

Sie belieben ferner zu sagen:

Es ist wider die Wohlanständigkeit, ein Frauenzimmer ohne Schnürleib zu sehen, weil die hervorragende Brust einen ungestalten Leib, und den Männern zu viel Anreizung machen kann.

Um diese thörichte Entschuldigungen zu widerlegen, braucht man wirklich kein Schrift-

gelehr-

gelehrter zu seyn. Sagen Sie mir nur so viel: Sind Sie im Stande dem allmächtigen Schöpfer an dem so herrlichen Bau Ihres Körpers einen Fehler auszustellen? — — Können Sie diesen allmächtigen, allwissenden, alles vorsehenden Gott einer Ungereimtheit beschuldigen? — Erstummen müssen Sie vor Verwunderung, so bald Sie das größte Meisterstück der Schöpfung, ich will sagen, den Menschen betrachten, und den wunderbaren Zusammenhang seines Körpers, die ordentliche Verrichtung eines jeden Theiles, und die unbegreifliche Uebereinstimmung des Ganzen kennen lernen! — Ein so unzeitiges und kurzsichtiges Vernünfteln führt das Gepräge einer Unordnung in den innerlichen Sinnen mit sich, und daher ist hart zu entscheiden, ob obige Entschuldigung lachens- oder beweinenswürdig ist. — —

Sie wollen nicht anreizen. O — wie sinnreich! und erdenken Maschinen, um Ihre Brüste recht hinauf zu treiben, damit diese noch größer scheinen, als sie wirklich sind, und um ja nicht anzureizen, bedecken Sie diese, wenn Sie noch so ehrbar sind, sie nicht blos, als ob sie feil geboten würden, herumzutragen, mit einem dem Spinnengewebe ähnlichen Tüchgen oder Spitze. Dieß heiß ich eine Wohlanständigkeit, eine Keuschheit! Dadurch reizen Sie nicht, trachten nicht nach Eroberungen, und vom Verführen — — will ich

gar nichts sagen. Wenn es Ihnen anders darum zu thun ist, so ehrbar zu seyn, wie Sie scheinen wollen, so können Sie leicht eine bessere Bedeckung für Ihren Körper aussinnen, welche weniget reizet, auch weniger Uebel verursachet, folglich Sie zu Ihrem Berufe nicht untüchtig macht. So viel sey genug um das Lächerliche dieser Mode zu entdecken! Nun zu den Folgen.

Erste Folge.

Das gewöhnlichste Uebel, welches aus dem Gebrauche der zu engen Schnürleiber entsteht, ist der Mangel der Brustwärzgen. Sie können leicht einsehen, daß bey anwachsenden Brüsten diese Wärzgen von dem festen Schnürleibe innerwärts müssen gedrücket werden, weil der Widerstand derselben zu stark ist. Und — geschieht dieß, so werden Sie außer Stand gesetzt, eine Ihrer vornehmsten Mutterpflichten, nämlich Ihre Kinder säugen zu können, zu erfüllen.

Zweyte Folge.

Es kann sich bald ereignen, daß der Kern Ihrer Brust durch den festen Schnürleib gedrücket wird, welches leicht eine Erhärtung, und mit der Zeit, wenn scharfe Säfte in Ihrem Körper vorhanden sind, und der Umlauf Ihres Geblütes in diesen Theilen durch was immer für eine Ursache geschwinder be-

beför-

fördert wird, den fressenden Krebs verursachet; auch die Drüßen unter den Achseln und in den Reihen können dadurch gedrücket, und mit solchen Uebeln behaftet werden.

Dritte Folge.

Sie drücken nicht allein durch die Spitze des Schnürleibes und Blankscheites Ihren eigenen Leib, und verursachen sich schwere und unnatürliche Geburten, sondern Sie schaden auch dadurch Ihren Kindern schon, ehe sie das Licht der Welt erblicken. Man weis mehrere Fälle, wo das Blankscheit wirklich einen Eindruck in die Stirne des Kindes gemacht hat. Diese üblen Folgen sind hauptsächlich für diejenigen unter Ihnen merkwürdig die oft schon im fünfzehnten oder sechszehnten Jahre in die Arme ihrer Geliebten gerathen, nnd die bey ihren noch unausgebauten Körpern, diesen Schaden desto mehr erfahren müssen.

Vierte Folge.

Es ist ganz natürlich, daß Ihre Lunge wegen der durch den Schnürleib verminderten Ausdehnung und Bewegung das Geblüt nicht gehörigermaßen ausarbeiten kann, welches doch nothwendig geschehen sollte, und daher kann der stinkende Athem, ein für Ihr Geschlecht so nachtheiliger Umstand, die Verderbniß Ihrer Nahrungssäfte oder des Geblü-

blütes, und alle daher kommende Krankheiten entstehen.

Fünfte Folge.

Weil ferner Ihre Lunge sich nicht genugsam wegen des Schnürleibes ausdehnen kann, so ist es leicht zu begreifen, daß viele von den unzählbaren Lufthöhlen Ihrer Lunge, welche sich im natürlichen Zustande Ihres Körpers ausgedehnet hätten, zusammengedrückt bleiben müssen, deren Gefässe mit der Zeit verstopfet werden, oft unvermerkt Erhärtungen, und wenn diese wegen einer etwas größern Bewegung des Körpers oder einer andern Ursache entzündet werden, nach und nach so viele Geschwüre erzeugen können, woraus die Schwindsucht entsteht. Eben diese Krankheiten können auch in den Eingeweiden Ihres Schmeerbauches entstehen.

Sechste Folge.

Was für Uebel ziehen Sie sich nicht während der Schwangerschaft auf den Hals? Der Schnürleib wird oft so eng — eben als ob Sie sich schämten den Befehl Gottes, Wachset und mehret euch, vollzogen zu haben — zusammengeschnüret, daß viele unter Ihnen schon gebähren, wenn man sie kaum für schwanger erkennen kann. Durch diese kann Ihre Gebährmutter sich nicht nach Erforderniß der Natur ausdehnen, und abwärts gedrü-

drücket werden, woraus ein Vorfall derselben entstehen kann: Ihr Geblüt wird sogar in seinem Umlaufe gehindert, weil die Blutadern so sehr zusammengepresset werden, wovon uns so viele Aderkröpfe, welche sich manchmal an Ihren Füßen zeigen, sattsam überzeugen. Und ziehen Sie sich annoch durch ein solches ungereimtes Schnüren eine widernatürliche Lage Ihres Kindes in der Gebährmutter zu, woraus oft so viele widernatürliche Geburten entstehen, oder ein Blutfluß und allzufrühzeitige Geburt befördert wird, so beschweren Sie nicht allein Ihr Gewissen durch den Verlurst Ihrer Leibesfrucht aus eigener Schuld, sondern Sie stürzen auch Ihre theure Gesundheit oder gar Ihr Leben in die augenscheinlichste Gefahr.

Haben Sie also nicht Ursache genug eine Maschine zu verabscheuen, welche für Ihr Geschlecht so höchst verderblich ist? — Ich für meine Person wünsche aus billigem Eifer für das Wohl eines jeden Staates, daß diese höchst elend ausgesonnenen Maschinen bey schwerster Ahndung verboten werden möchten.

Dritte Abtheilung.

Von der Luft.

Die reinen Lüfte geben der frohen Welt das eigentliche Leben.

Das erste, was der kleine Weltbürger thut, wenn er aus seiner finstern Höhle heraus- gekrochen, ist, daß er Luft schöpfet. Ohne diese könnte er nicht schreyen, noch vielweniger einen Augenblick leben. Sie muß aber auch ihre Temperatur oft ändern, wenn die Thiere leben, und gesund bleiben und die Gewächse gut fortkommen sollen. Di• äußere Luft müssen wir annehmen, wie sie ist; denn wir können sie nicht nach unserm Gefallen einrichten. Weil wir sie aber auch nicht entbehren können, und sie doch nach ihren verschiedenen Eigenschaften unsrer Gesundheit mehr oder weniger schadet, so müssen wir uns auch an ihre Veränderuugen gewöhnen.

Der Aufenthalt in freyer Luft beuget nicht allein dem Verderben unserer Säfte vor, welches eine faule Luft, die müßige Bequemlichkeit und die wohllüstige Ruhe, zumal bey zunehmender Hitze, nur allzusehr befördern; sondern es härtet sich auch unser Köper unter freyem Himmel, und trotzt besser den Gefahren

ren. Man speiset mit mehr Appetit, und verdauet leichter und kräftiger. Man wird mehr ermüdet, und schläft sanfter. Das Gemüth wird mannichfältiger belustiget, und die Glieder werden leichter, und zu den heilsamen Uebungen geschickter, wozu uns das Landleben einladet. Daß dem also sey, lehret uns der Landmann, der Gärtner, der Reisende, der Soldat, der Schiffer, der Zigeuner, der Wilde, u. s. w. kurz man findet nirgends stärkere, dauerhaftere und gesündere Leute, als in den verfallenen Hütten, wo man nicht nöthig hat, erst vor die Thüre zu gehen, um zu wissen, was draußen für Wetter ist. Diese eisernen Leute, die wie ein Rhinoceros essen, und wie ein Strauß verdauen, die auf der Pritsche, auf der Erde oder in Hangematten sanfter, als die Stadtleute auf Eiderdunen schlafen, und die zu aller Zeit geschickt sind, mit ihrem Viehe um die Wette zu arbeiten; diese Leute, sage ich, sind die Muster, nach welchen Sie sich bilden sollten.

Allein Sie beobachten in diesem Stücke gerade das Gegentheil. Sie gehen mit Ihrem Körper um, wie mit den zarten ausländischen Pflanzen, die man nur bey warmer Witterung in die Luft bringet, und die von einem kühlen Winde und etwas Nässe sogleich verderben. Ich habe allbereits oben schon gemeldet, daß die Luft Ihren Körper reiniget, stärket und erfrischet. Diese guten Eigenschaften hat sie, obgleich in einem mindern Grade,

auch alsdann, wenn sie trüb, feucht oder trocken und heiß ist. Sie haben also immer Vortheile, wenn Sie die Luft Ihre Körper und Ihre Zimmer durchfließen lassen. Ich rede hier von der äußeren Luft, und nicht von derjenigen, die in den Stuben eingeschlossen ist, und öfters die schlimmste Beschaffenheit hat. Ohne Zweifel haben Sie noch nie recht überlegt, wie dankbar und erkenntlich die Luft gegen Sie im Sommer ist. Zu dieser Jahreszeit sind Sie gemeiniglich recht vergnügt, munter und gesund. Warum? — Sie weihen ihr und der reizenden Natur Ihre meisten Stunden. Sie spazieren täglich in Gärten und andern freyen Plätzen. Sie öffnen die Fenster, und machen Ihre Zimmer lüftig. Unter den schattigten Bäumen, auf blumenreichen Wiesen und Feldern, und an den sanft rieselnden Bächen, sammeln Sie Stärke und Gesundheit. Aber diese erquickende Wohllust, währet nur einige flüchtige Monate. So bald die Natur ihre Schönheiten mit einem Schleyer umhüllet hat, so hebt bey Ihnen die traurige Periode an, da sie die Luft hassen, und Ihre Zimmer zu Gefängnissen machen.

Die belebenden und erwärmenden Stralen der Sonne, die lieblichen Winde, und die balsamischen Dünste der Gewächse, geben freylich der Sommerluft eine solche heilsame Beschaffenheit, die ihr in den übrigen Jahrszeiten mangelt. Sie leiden im Sommer keine andere Beschwerden, als die Ihnen das schwüle Wetter,

die Furcht vor dem Donnerwetter, und die Erkältungen verursachen: kleine Beschwerden, die theils bald vorübergehen, theils von dem Leichtsinne verspottet werden, und doch oft mit unangenehmen Folgen begleitet sind. In der großen Hitze müssen Sie für die Erfrischung Ihres Blutes, und der Luft in den Zimmern sorgen. Wenn ich aber dieses verlange, so verstehe ich darunter nicht, daß Sie Ihren erhitzten von Schweiße benetzten Körper sofort der Kälte Preis geben sollen. Dieses Verbrechen, dessen Sie sich so oft ganz muthwilliger Weise schuldig machen, ziehet die härtesten Strafen nach sich. So schrecklich die Schwindsuchten, Entzündungsfieber, Flußfieber, Lähmungen, und Convulsionen sind, und so sehr Sie auch vor dem bloßen Namen dieser Krankheiten zittern; so wenig suchen Sie ihrer Tyranney zu entgehen. Mit den beißensten Ausdrücken haben schon viele Aerzte ihren Warnungen den nöthigen Nachdruck gegeben; allein die Lebhaftigkeit Ihres Gemüthes überwindet alle Kraft Ihres Nachdenkens. Die schleunige Erkältung eines erhitzten Körpers macht den fatalen Augenblick aus, der vielen unter Ihnen schon einen gähligen Tod gekostet, und bey Andern das unglückliche Schicksal der übrigen Lebenszeit entschieden hat. Da es nun so gefährlich ist, kaltes Wasser in den erhitzten Körper zu gießen, oder sich in die kühle Luft zu begeben, wenn man schwitzet; so müssen Sie während Ihrer Schwangerschaft sich vorzüglich davor hü-

ten, weil Sie in diesem Zustande zu Krämpfen außerordentlich geneigt sind. Die Erkältung verursachet Ihnen unerträgliche Leibesschmerzen und Krämpfe, die eine frühzeitige Niederkunft veranlassen, wenn sie auf Ihre Gebährmutter wirken. Sie kann auch selbst unter gewissen Umständen epileptische Zufälle erregen. Darum müssen Sie sich während Ihrer Schwangerschaft ebenfalls vor der Verkältung der Füße in acht nehmen. Ihr Blut können Sie in den heißen Tagen mit säuerlichen und verdünnernden Speisen und Getränken, dergleichen das säuerliche Obst, die Sallate, und das Wasser mit Citronensäure sind, erfrischen. Sie müssen aber nicht zuviel davon genießen, damit Sie nicht eine Unverdaulichkeit und Blähungen hervorbringen, worüber Sie ohnehin in Ihrer Schwangerschaft leicht zu klagen pflegen.

Was die Erfrischung der Luft in Ihren Zimmern anbelangt, so können Sie solche bewerkstelligen, wenn sie die kühle frische Morgen- und Abendluft durch Ihre Zimmer streichen lassen, und dieselbe wider das Eindringen der Sonnenstrahlen durch die sogenannte Fensterladen, bey Tage schützen. Den Fußboden können Sie mit frischem Quellwasser, oder mit Essig besprengen lassen, auch frische Blumen und Stauden in Wasser in Ihre Zimmer setzen. Starkriechende Blumen und Pflanzen aber, wie auch mit Gewürze, Ambra, Bisam, oder mit einem wohlriechenden Geiste angefüllte Gefässe,

fässe, müssen Sie besonders während Ihrer Schwangerschaft aus den Zimmern gänzlich verbannen. Keine unter Ihnen, die nicht etwas von der Männer Bauart hat, wird mir widersprechen, wenn ich Ihnen eine große Empfindlichkeit der Nerven zuschreibe. Sie besitzen aber solche in einem höhern Grade in Ihren gesegneten Umständen. Wollen Sie mir aber nicht glauben, daß starkriechende Dinge, heftig auf Ihre Nerven wirken; so kann ich nicht dafür, wenn Sie durch Kopfschmerzen, Schwindel, Wallungen des Geblütes, Beängstigungen des Herzens, und durch Ohnmachten, davon überzeuget werden. Und sind Sie dabey mit Mutterkrämpfungen behaftet, so bekommen Sie in einem solchen Zimmer die schwersten Anfälle Ihrer Krankheit.

Soferne Ihr Blut zur Sommerzeit in der milden Beschaffenheit bleiben soll, die zu Ihrer Gesundheit höchst nöthig ist; so müssen Sie es in keinen wallenden und heftigen Umtrieb durch starke Bewegung und andere Uebungen Ihres Körpers setzen. Sie müssen sich ruhig verhalten, und keine das Geblüt in Wallung bringende Bewegungen machen; besonders aber müssen Sie alle erhitzende Speisen und Getränke meiden, und alles verhüten, was den Schweiß auspresset, wodurch die guten Säfte verschwendet, die im Blute vorhandenen Schärfen vermehret und erhöhet, und die Kräfte des Körpers vermindert werden. Lassen Sie nun

 diese

diese Lehren besonders während Ihrer Schwangerschaft aus der Acht, so ist mehrentheils eine schwere und mühsame Niederkunft, besonders wenn solche in der Mitte oder zu Ende des Sommers sich ereignet, eine unausbleibliche Folge davon. Denn Ihr geschwächter Körper kann die erforderlichen Geburtskräfte nicht leisten. Erhitzen Sie aber Ihr Blut im heißen Sommer durch echoffirte Tänze, durch übertriebene Leibesbewegungen, oder durch scharfe und hitzige Getränke dergestalt, daß es mit dem größten Ungestümme durch Ihre Adern brauset, so setzen Sie sich noch größern Gefahren aus. Sie bekommen heftige Blutflüsse, auf welche eine gänzliche Entkräftung Ihres Körpers, und eine frühe Niederkunft unausbleiblich folgen.

Nimmermehr würden Sie das auf den Sommer folgende für Sie so äußerst melancholische Bild scheuen, welches uns die verwelkenden Blätter und ersterbenden Bäume von der Vergänglichkeit aller Schönheiten, und unser selbst, geben. — Nimmermehr würden Sie den Ungestümm und das Geheule der Winde, die Ihnen die schrecklichsten Vorbothen des rauhen Winters sind, wo Kälte, Schnee, Eis, und die empfindlichste Nässe, dem Körper beschwerlich fallen, so sehr fliehen, wenn Sie nicht größtentheils verzärtelte Weichlinge wären. Wer da sieht, daß ein einziger stürmischer Tag eine halbe Stadt voll Frauenzimmer krank machet, der kann sich freylich nicht entbrechen, die-

sem

sem zärtlichen Geschlechte sein Mitleiden zu schenken. Wir Aerzte bedauren Sie gar nicht. Wir sind sogar so gottlos, daß wir Ihnen selbst die Schuld Ihrer Qualen beymessen. Das erregt unser Mitleiden im mindesten nicht, wenn wir sehen, daß die Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Krämpfe, Gichter, Coliken und Flüsse von aller nur möglichen Art, zu dieser Jahreszeit ihre Wuth an Ihnen ausüben, und daß Sie diesen Beschwerden nicht entgehen, Sie mögen zu Hause sitzen, oder einmal in die Luft kommen. Denn wir sind nur zu wohl überzeugt, daß Sie diesen Beschwerden weniger unterworfen seyn würden, wenn Sie sich mit der Herbst- und Winterwitterung bekannter machten, und die Zimmer öfter verließen. Sie mögen sich auch unsertwegen noch so äußerst zärtlich anstellen, so sind Sie doch in Vergleichung gegen eine junge Nachtigall pure Dragoner, und gleichwohl können diese zärtliche Thierchen allen Ungemach der Witterung, ohne Polonoisen und ohne Fuchs- und Wolfspelze ertragen. Dahingegen bestraft die Natur Ihre sorgfältige Thorheit mit obigen Beschwerden, wovon die Thiere nichts wissen. Glauben Sie mir auf mein Wort, die Gewohnheit bleibt jederzeit unsre stärkste Beherrscherinn. Residiren Sie den ganzen Winter über in eingeheitzten Zimmern, und schwächen Sie dadurch und durch das Stillesitzen Ihren Körper; so werden Sie freylich bestrafet, sobald Sie eine Staatsvisite, oder ein nothwendiger Kirchengang, heraus-

 locket.

locket. Sogar kann die kalte Luft sich an Ihnen während der Schwangerschaft dermaßen rächen, daß sie Ihnen eine frühzeitige Niederkunft, oder einen gefährlichen Blutfluß, verursachet, wenn Sie sich in derselben zu lange aufhalten, und dergleichen Luft nicht gewohnt sind. Gelegentlich dienet dieses auch denjenigen unter Ihnen zur Warnung, die eine warme Zimmerluft gewohnt sind, und sich bey einer Schlittenfahrt, oder anderer Gelegenheit, zu lange in die Kälte wagen. Wer hingegen die Luft zu aller Zeit täglich, oder doch oft, begrüßet, der lernet jede Witterung ertragen; die in diesem Falle viel zu freundschaftlich ist, als daß sie ihm Schaden zufügen sollte. Sie können also hieraus von selbst den unumstößlichen Schluß machen: daß man es sich desto unmöglicher mache, lange gesund zu leben, je zärtlicher man sich gewöhnt; und daß alle diejenigen, welche hierinn ihrer Verwöhnung nachgeben, sich freywillig von der Welt absondern, aus dem Umgange der Menschen scheiden, und zu leben aufhören, ob Sie gleich noch einige Jahre existixiren könnten.

Aus diesem allem können Sie auch ferner sonnenklar einsehen, daß für die Gesundheit und Dauerhaftigkeit Ihrer Kinder höchst nothwendig sey, sie gleich von ihrer Geburt an, an ihr Element, die freye Luft, zu gewöhnen, und daß diejenigen sie verwahrlosen, die sie in der ersten Lebenszeit davon ausschließen, um sie zu schwächen,

chen, und zu allen Geschäften des Lebens untüchtig zu machen. Die Kinder der Wilden, die am rauhesten erzogen werden, sind am dauerhaftesten und schäckern in allen vier Elementen. Unsere armen Junkers und Fräuleins hingegen sterben von der Zugluft, und wachsen schwach in einem mit dem Qualm der Ausdünstungen einer porösen Amme, mit dem Geruche der Windeln, der Speisen, der Kohlen und faulender Dünste angesteckten Zimmer, wie die Winterspargel. Die Kindheit ist und bleibt die einzige Zeit, da wir an das gewöhnt werden müssen, was wir im Alter sollten ertragen können. Sind wir einmal erwachsen, so hält es äußerst schwer, sich an eine härtere Lebensart zu gewöhnen, als worinn man erzogen worden. Allerweisester Schöpfer! wenn wollen doch die Aeltern anfangen, wahre Freunde ihrer Kinder zu werden, und sie durch die gehörige, der gesunden Vernunft angemessene Erziehung zur Führung des Lebens vermögend zu machen, daß sie ihnen, wenn sie sie durch eine verkehrte Lebensart dazu untüchtig machen, nur zur Last und Strafe gegeben haben!

Bald hätte ich vergessen, mich nur bloß auf dasjenige einzuschränken, was eine schwangere Frau angeht; und daher kann ich auch hier eine weitläuftige Abhandlung von den verschiedenen Wirkungen der Luft ersparen. Ich habe auch itzt nicht nöthig, alle und jede Ausdünstungen namhaft zu machen, die zuweilen die Luft er-

füllen, und Ihrem Körper schaden. Wenn ich Sie aber gegen alle starkriechende Dinge, wie ich nicht anders glaube, scheu gemacht habe; so muß ich noch itzt, die Schädlichkeit des Kohlendampfes, und der feuchten durch die Hitze in Bewegung gesetzten Dünste, in Erinnerung bringen.

Zu Ihrem größten Glücke ist nun der Gebrauch der Kohlkessel zimlich abgekommen, seitdem Sie so glücklich gewesen einzusehen, daß Sie Ihre Füßgen mit besserm Vortheile mit Fußsäcken und Pelzkörben wärmen können; und seitdem Sie es unter sich aufgebracht haben, Hosen — die Sie ohnehin sich schon längst in der Einbildung zugeeignet hatten, in Natura zu tragen, welche Ihren Unterleib hübsch warm halten. Ein solches Kohlenfeuer, das besonders während eines Gottesdienstes, unter Ihren Röcken ein paar Stunden lang eingeschlossen bleibt, kann Ihnen währender Schwangerschaft am allerleichtesten Schwindel, Kopfschmerzen, Bangigkeiten, Wallungen und Ohnmachten verursachen. Und, müssen sie sich ja des Kohlenfeuers zu einigen häuslichen Absichten bedienen, so müssen Sie doch wenigstens dafür sorgen, daß die Kohlen gut ausgebrant sind, und in keinem engen Zimmer gesetzt werden, wo die äußere Luft keinen Zugang hat. Sonst müssen Sie die nämlichen übeln Zufälle erdulden.

Die üblen Zufälle, die Ihnen die warmen feuchten Dämpfe zuziehen, sind ebenfalls nicht

geringe,

geringe. Während der Schwangerschaft erfahren Sie solche am meisten, weil ihre Nerven in diesem Zustande ohnehin äußerst empfindlich sind. Daher sind auch die Wohnungen in neuen Gebäuden, oder in frisch geweissten Zimmern Ihrer Gesundheit sehr nachtheilig, und das noch mehr, wenn solche Zimmer geheizet werden. Ueberhaupt aber müssen Sie das starke Erhitzen der Zimmer durchgehends vermeiden, weil theils die festen Theile Ihres Körpers zu sehr erschlaffen, theils die Ausdünstung desselben zu viel befördert wird; und wenn nachgehends wegen nothwendigen Geschäften beym Ausgehen Ihr Körper der feuchten oder kalten Luft ausgesetzet wird, so können Sie sich verschiedene flußreißende oder Entzündungsfieber zuziehen, gleichwie im Frühjahre oder zur Herbstzeit zu geschehen pflegt. Auch befördert dieses starke Einheitzen das Gefröhr Ihres Gesichtes oder Ihrer Hände und Füße, wenn Sie von der kalten Gasse gleich in solche Zimmer hineingehen.

Halten Sie sich ferner aus wirthschaftlichem Eifer zu lange in einem solchen Zimmer auf, wo zur Winterszeit die Wäsche getrocknet, oder aber das nasse Zeug gebiegelt wird; so saugen sie hier nichts als unreine feuchte Dämpfe ein, die durch die Wärme zu einem pestilentialischen Gifte werden, welches Ihnen sodann zerschiedene gefährliche Krankheiten, einen siechen Körper und eine zu frühzeitige Niederkunft verursachen kann. Die Luft hingegen in den Zimmern, besonders

zur

zur Winterszeit zu reinigen, ist nicht nur sehr löblich, sondern auch zur Erhaltung Ihrer Gesundheit höchst nothwendig; aber dazu kann ich nichts dienlicher empfehlen, als ein brennendes Feuer von Wachholderholz, weil dieses einen angenehmen Geruch verbreitet, und das offene Feuer zugleich die üblen Ausdünstungen am besten verzehret.

Ehe ich diese Abtheilung schließe, kann ich mich nicht entbrechen, Ihnen in Anbetracht der Zimmer noch ein paar Anmerkungen mitzutheilen.

Erstens ist der Gebrauch die Zimmer mit weissem Sand auszureiben, um sie zu säubern, höchst übel ausgedacht und schädlich. Denn wenn der Sand trocken wird, so wird er leicht durch die mindeste Bewegung der Luft, welche vom Hin- und Hergehen gemacht wird, in die Höhe gehoben, und sodann mit der einzuathmenden Luft vermenget. Legen sich nun solche Stäubchen in Ihre Luftröhre oder Lunge an, so können diese ja natürlich einen Reiz verursachen, weßwegen die Natur Ihres Körpers das Husten erwecket, um sich davon zu befreyen; werden nun die Theile von diesen Stäubchen nicht befreyet, sondern erhalten täglich mehreren Zufluß, so muß nothwendig das anhaltende Husten Ihre Lunge nach und nach entweder schwächen, und die Verkochung des Geblütes für den ganzen Körper verhindern, woraus der Abgang der Nahrung oder die Dörrsucht entsteht; oder die-

ser

ser beständige Reiz verursachet verschiedene kleine Entzündungen in Ihrer Lunge, woraus so viele kleine Geschwüre entstehen können, welche mit der Zeit größer werden, endlich einen Eitersack ausmachen, und also entweder durch den Uebergang dieses Eyters ins Geblüt dasselbe auflösen und verderben, oder durch ein gähes Zerreißen dieses Eitersackes den Tod befördern.

Zweytens, halte ich auch die mit Wachs überzogenen Fußböden für schädlich, und zwar aus der Ursache, weil sehr viele Personen ein Brennen der Fußsohlen klagen, wenn sie lang auf solchen herumgehen und stehen müssen: kann ich hieraus nicht mit Recht urtheilen, daß durch dieses Brennen, welches eine stärkere Bewegung der festen und flüßigen Theile anz igt, Ihre Füßgen mit der Zeit geschwächet werden, wodurch also die festen Theile so erschlaffen, daß sich jene Säfte dazwischen aufhalten müssen, welche sie im natürlichen Stande durch ihre Bewegung forgetrieben hätten, nnd folglich nach und nach eine Geschwulst, auch, wenn scharfe Säfte in Ihrem Körper vorhanden sind, Geschwüre verursachen können? Freylich haben diese so wie alle andere Krankheiten mehrere Ursachen, woher sie entstehen können, indessen glaube ich, daß diese Anmerkung doch einer fernern Beobachtung würdig sey. Zudem sind dergleichen Fußböden für viele und besonders für schwangere Frauen wegen des Fallens sehr gefährlich, und es sind ja Beyspiele von solchen

Fällen genug vorhanden, welche die übelsten Folgen für Mutter und Kind nach sich hätten ziehen können.

Drittens verdienet auch Ihre Ruhestätte allerdings eine Rücksicht: denn die vielen Federn in dem Bette sowohl, als auch die großen mit den feinen Federn angefüllten Bettdecken erhitzen Ihren Körper allzu sehr, wodurch theils die festen Theile Ihres Körpers zu sehr erschlaffet werden, theils der Umlauf Ihres Geblütes zu sehr befördert wird, folglich der feinere Theil desselben durch den Schweiß verlohren geht, und Ihr Körper zu verschiedenen langwierigen Krankheiten vorbereitet wird.

Viertens, eben so sehr misbillige ich auch den Gebrauch der Sessel, welche mit Polstern bedecket sind, hauptsächlich für diejenigen unter Ihnen, welche viele sitzende Arbeit zu verrichten haben, denn die Gesäßtheile werden dadurch zu viel erhitzet, und da ohnehin die scharfe Unreinigkeit des Körpers sich hier sammelt, so ist es auch ganz begreiflich, wie leicht die Gefässe geschwächet und ausgedehnet werden können, worinn sich das dickere Geblüt nach und nach sammeln, die goldene Ader und Geschwüre verursachen kann.

Vierte Abtheilung.

Vom Essen und Trinken.

Vor anderhalb Jahren hatte ich das Vergnügen Sie mit einer medicinischen Kochkunst in die Küche, wo sie vorher noch äußerst fremd war, zu begleiten, nun bin ich so frey den schwangern Frauen unter Ihnen die Gerüchte anzuordnen. Vor allem aber empfehle ich Ihnen den Gebrauch des Metalles in Ihrer Küche bestmöglichst zu vermeiden. Zum Beyspiele der Gebrauch der kupfernen und meßingenen Küchengeschirre ist sehr schädlich, wenn dasselbe auch noch so gut verzinnet ist. Denn wenn das Geschirre auf dem Feuer währendem Sieden nicht recht voll ist, so rinnt die Verzinnung wegen der großen Hitze gleich ab, und wird ein andersmal dasselbe mehr angefüllet, so kann leicht das Kupfer oder Meßing aufgelöset, und mit den Speisen vermischet werden. Wir haben klägliche Beyspiele genug, die uns hinlänglich überzeugen, was für schädliche Folgen davon entstehen können.

Nun können Sie also leicht vermuthen, daß ich Ihnen sogleich diejenigen salzigten, scharfen und sauren Speisen, die Eyer, und alle Fettigkeiten, wegnehmen werde, welche in kupfer-

nen oder zinnernen Gefässen lange gestanden haben. Diese Speisen sind schon für sich nicht einer jeden schwangern Frau dienlich. Wenn sie aber besonders in gedachten Geschirren aufbehalten worden, so ziehen sie einen Grünspan, oder ein arsenikalisches Wesen in sich, welche sie zu wirklichen Giften machen, die in alle Leute ohne Unterschied gewaltsame Wirkungen äußern, und das größte Unglück während Ihrer Schwangerschaft anrichten. Denn da Ihre Nerven von einer jeden Schärfe leicht angegriffen werden, so erfahren Sie am ersten von diesen mit einer ätzenden und fressenden Kraft begabten Speisen die größten Uebelkeiten, anhaltendes Brechen, die sonderbarsten Koliken und hartnäckigsten Ohnmachten. Ihre Gebährmutter leidet davon heftige Krämpfe, und Ihre Leibesfrucht wird entweder vor der Zeit fortgetrieben, oder bekömmt etwas von diesem Gifte in der Grundmischung seines Blutes, das hernach die unerkannte verborgene Ursache der schleichenden Fieber und Abzehrungen wird, die keine Kunst des Arztes heilen kann. Manchmal thun Sie sich auch recht viel auf den Kunstgriff zu gute, die eingemachten Bohnen oder kleinen Gurken, dadurch recht lebhaft grün zu machen, daß Sie solche in Eßig, oder Wasser, lange in einem kupfernen Kessel aufbewahren; und Sie bedenken hiebey nicht, daß Sie Ihre und Ihrer Gäste Augen, auf Unkosten des Lebens und der Gesundheit, betrügen.

Um allen diesen schädlichen Folgen auszuweichen, empfehle ich Ihnen die eisernen oder porcellänen Geschirre zum Kochen, weil sie Ihrem Körper nicht schädlich, im Gegentheile äußerst nützlich sind, da das Eisen ohnehin so oft mit gutem Erfolge in verschiedenen Krankheiten gebraucht wird. Auch sind die eisernen Geschirre in Betracht der Unkosten viel vortheilhafter, weil sie nicht so oft verzinnet werden müssen, und auch nicht so leicht durch das Feuer verdorben werden. Die goldenen, silbernen oder meßingenen Löffel und Gabeln finde ich imgleichem nicht dienlich zu Ihrem Gebrauche, denn es kann weder das Gold noch das Silber ohne Zusatz wegen der Weiche verarbeitet werden, und eine in den Speisen allenfalls vorkommende Säure kann leicht einige Theilchen dieses Metalles auflösen, welche Sie mit den Speisen hinunterschlucken, und also ein Erbrechen, Darmgrimmen, und andere Zufälle verursachen. Glauben Sie mir sicherlich, man kann nicht allemal behutsam genug in diesen Sachen seyn, und oft zerbricht sich der Arzt den Kopf vergebens, die Ursache einer vorkommenden Krankheit auszuforschen, wenn man dergleichen Gebräuche nicht genugsam untersuchet.

Nun wieder zu der Wahl der Speisen. Um aber bey dieser einen richtigen Weg zu gehen, und allen Einwendungen vorzubeugen, sehe ich mich genöthiget eine kleine Rangordnung unter Ihnen festzusetzen, ob ich gleich sonsten die Ehre

Ihr Ceremonienmeister zu seyn, einem jeden andern herzlich gerne überlasse. Ohne auf Ihren Stand zu sehen, muß ich drey Klassen bestimmen.

Die erste Klasse begreift diejenigen Frauen in sich, die zwar meistens von der geringen Sorte, in meinen Augen aber die glückseligsten, und an Gesundheit und Stärke über alle andere weit erhaben sind: die bey hartem Fleische, bey Käse und Kommisbrode, gesündere Kinder auf die Welt bringen, als alle diejenigen Frauen, die mit Ragouts und Herrenbrode müssen gespeiset werden. Mit diesen ehrlichen Frauen habe ich hier nicht zu thun. Ihnen bekömmt alles wohl, was Sie essen, weil ihr Magen gute Verdauungskräfte hat, und weil Ihr Blut bey der beweglichen Lebensart gut durchgearbeitet wird. Diejenigen Vornehmen unter Ihnen, die sich zur Ehre der Natur fühlen, daß Ihr Körper von einer ähnlichen Beschaffenheit ist, sind auch nicht an die folgenden Regeln gebunden.

Zur zweyten Klasse rechne ich diejenigen Frauen unter Ihnen, die einen schwächlichen zärtlichen Körper, und folglich schwache Verdauungskräfte, weichliche und sehr empfindliche Nerven, und selten ein gutes Blut haben, dabey — wohl gemerkt — ihrem Appetite alles erlauben, was er fordert.

Zur dritten Klasse gehöret die geringe Anzahl derjenigen schwangern Frauen unter Ihnen,

nen, die einen Eckel vor den Speisen haben. Diese will ich auch sogleich in meine Kur nehmen. Da meistens ein verschleimter Magen, oder eine Schlappigkeit desselben, daran schuld ist, so belieben Sie nur mit Rhabarberpulver, das mit einem gelinden Mittelsalze, als z. B. mit Salpeter, oder Seignettesalz, oder Glaubers Wundersalze, versetzt ist, Ihren Magen zu reinigen, und den Schleim zu zertheilen; und nachher durch magenstärkende Tropfen, die nicht erhitzen, dergleichen z. B. das Hoffmannische Visceral-Elixier ist, Ihren Appetit zu reizen. Sie müssen sich etwas zum Essen zwingen, damit Ihr Blut nicht zu scharf werde, wenn es zu wenig von dem kleinen Theile des Milchsaftes, der in dasselbe kömmt, versüßet wird.

Zöge ich nicht die Gewohnheit und Mode in Erwägung, welche sich allenthalben, und auch bey Tische, einschleichet; so würde ich Ihnen natürlich, die simple und rohe Kost am meisten anpreisen, die in gut ausgebackenem Brode, Zugemüsen und simpel zubereitetem Fleische besteht; weil ich wohl weis, daß diese Kost die gesündeste und kräftigste ist. Allein, ich ich will einer Jeden unter Ihnen herzlich gerne Ihre Favoritspeisen lassen. Sie sollen nichts anders in Ihren Mund bringen, als was Ihre feine Zunge gut heißet, und was der geschickteste Koch bereitet hat. Auch soll es mir gleichviel seyn, ob Sie lieber weichliche und delikate Speisen essen, oder mit ordentlicher Kost sich be-

gnügen lassen; weil ich voraussetze, daß Sie meistens eine solche Wahl der Speisen beobachten werden, die Ihrer Lebensart angemessen ist, und die Sie von Jugend auf gewohnt sind. Da ich aber hierinn so äußerst nachgebe, so bitte ich mir doch von Ihnen zur Belohnung aus, daß Sie sich wenigstens der Mäßigkeit bestreben, und in Ihrer Schwangerschaft gewissen Speisen entsagen, die ihnen sehr schädlich werden können.

Von jeher gaben sich die Aerzte die größte Mühe, die Lehre von der Mäßigkeit mit den stärksten Gründen zu unterstützen. Und doch wird sie, leider! von vielen unter Ihnen äusserst und oft mit Gewalt vernachläßiget. Ich rede hier nicht von der besondern Lüsternheit womit Sie manchmal währender Schwangerschaft befallen werden, und welche zu bändigen nicht in Ihrer Macht steht. Ihr Arzt kann diese wunderbare Neigung, wenn sie auf offenbar schädliche Dinge fällt, zuweilen glücklich lenken, so, wie er auch oft die in Ihrem Magen vorhandene Säure verbessern kann, welche gleichfalls eine Ursache des heißen Hungers während Ihrer Schwangerschaft ist. Viele unter Ihnen aber befinden sich gar nicht in diesen bebestimmten Fällen, die man als Krankheiten ansehen kann, und thun es doch allen andern an Unmäßigkeit im Essen zuvor.

Man muß erstaunen, daß Frauen, welche sonst so zärtlich, so säuberlich, so behutsam mit

Ihrem Körper umgehen, im Stande sind, blos aus einer verderbten Neigung, welche Sie Appetit nennen, Ihren Magen und Ihr Blut mit zähen, groben Unreinigkeiten zu erfüllen, und Ihre Eingeweide mit einem schlammichten Kleister zu überziehen. Sie scheinen zu glauben, daß es Ihrem Magen eben so leicht sey, die Verdauung zu bewerkstelligen, als es Ihnen leicht gewesen, alles unordentlich einzuschlucken. Könnte ich doch recht eckelhafte Ausdrücke finden, um die ganze Natur in denjenigen unter Ihnen zu empören, die sich der Unmäßigkeit schuldig machen! Stellen Sie sich nur selbst vor, welch ein abscheulicher und grober Mischmasch von Säften daraus entspringen muß, wenn Sie in einem Tage zwölferley Gerüchte überwinden, und zum Triumphe eine Lage von Pflaumen, Birnen, Aepfeln, Weintrauben, und Kuchen, hinterher schicken. Sie halten freylich die auf ein solches unordentliches und ungesundes Essen sich einstellenden Blähungen, Uebelkeiten, Magendrücken, und Leibesschmerzen, für gewöhnliche und natürliche Folgen Ihrer Schwangerschaft. Wären Sie aber mit den mechanischen Gesetzen Ihres Körpers bekannt, so würden Sie leicht einsehen, daß diese Beschwerden einzig und allein von der Willfährigkeit Ihres Schlundes herrühren. Und gesetzt, Sie wären auch so grausam gegen sich, die Befriedigung Ihrer Begierden gerne mit Ertragung der damit verknüpften Schmerzen bezahlen zu wollen, weil dieselbe mit keiner Ge-

fahr begleitet zu seyn scheinen; so ist es doch sündhaft, daß Sie dabey das Wohl Ihrer Leibesfrucht außer Acht lassen. Fragen Sie nur Ihren Arzt, er wird Ihnen gewiß das nämliche sagen, was ich Ihnen itzt zu lesen gebe: Ist nämlich die Last der Speisen größer, als die Kraft Ihres Magens, so wird kein gesunder Nahrungssaft bereitet, sondern Ihr Blut wird mit groben scharfen Säften angefüllt, die dem Kinde, das dergleichen Blut aus den Adern seiner Mutter in sich nimmt, einen höchst ungesunden Körper, und eine Disposition zu tödtlichen Krankheiten verschaffen. Und gesetzt auch, wenn Ihr Magen, trotz alles Ungestümmes, womit Sie ihn auf die Probe stellen, sein Amt gehörig verrichtet, und die ganze Menge der Speisen in ein gutes Blut umarbeitet, so sind Sie doch währender Schwangerschaft noch nicht frey von allen übeln Folgen. Ich werde Ihnen weiter unten beweisen, daß die Vollblütigkeit den Schwangern zur Zeit der Niederkunft an einer leichten Geburt sehr hinderlich ist, und in Ihrem Wochenbette zu hitzigen Krankheiten und gewaltsamen Blutflüssen Anlaß giebt. Nun ist es aber gleichfalls ein unumstößlicher Satz: daß diejenigen, welche viel essen, und gut verdauen, auch viel Blut erhalten. Und da selbiges bey vielen unter Ihnen, wegen der so seltsamen Leibesbewegung oder Arbeit, nicht wieder vermindert wird; so sollten Sie billig vor der Gefahr zittern, in welche Sie sich versetzen,

wenn

wenn Sie sonderlich die nahrhaften Speisen im Ueberfluße zu sich nehmen.

Daß nicht alle Speisen gesund sind, ist eine sehr bekannte Sache. Ein Mensch aber, dem nichts fehlet, der sich in keinen besondern Fällen befindet, die ihn in der Wahl der Speisen behutsam machen könnten, muß alle Speisen essen können, wenn sie gleich mehrere oder wenigere gesunde Eigenschaften an sich haben. Die Mäßigkeit ist ihm eine Schutzwehre wider allen besorgenden Schaden; und die beste und gesündeste Speise wird in Gift verwandelt, wenn sie in großer Menge genommen wird. Die meisten Nahrungsmittel geben, nach dem Verhältnisse der Natur und Kräfte eines Menschen, bald einen gesunden, bald einen ungesunden Nahrungssaft. Wenn ich also itzt gewisse Speisen bey **Ihnen** in einen schlechten Kredit setzen werde, so will ich die Freyheit **derjenigen unter Ihnen** nicht im mindesten einschränken, welche die an **Ihrem** Körper gemachte Erfahrung überzeuget hat, daß **Ihnen** die nämlichen Speisen, wenn sie mäßig genossen werden, niemals geschadet. Jedoch ist es nicht genug, daß **Sie** von denselben außer der Schwangerschaft keine Beschwerden empfunden, sondern Sie müssen auch gewiß seyn, daß **Ihr** veränderter Zustand **Sie** nicht von dem Genuße dieser Speisen abschrecken dürfe.

Alle saure und scharfe Speisen müssen **Sie** als höchst schädlich vermeiden. Denn wenn

Sie oft und viel davon essen, so werden Sie die Spornen Ihres Magens und Ihrer Nerven. Sie reizen zu stark, erregen einen übernatürlichen Appetit, der Ihren Magen zur Ueberladung verführet, und prikeln Ihre Nerven beständig zu krampfhaften Zusammenziehungen und heftigen Bewegungen. Daher treiben sie auch die Geburt, verursachen Ihnen frühzeitige Wehen, und erhitzen Ihr Blut. Alle diese Wirkungen äußern sich in einem höhern Grade, bey denjenigen Schwangern unter Ihnen, die besonders scharfe Säfte haben, wie auch bey Vollblütigen, welche davon nicht selten in heftige Blutflüsse verfallen, eine frühe Niederkunft leiden, und ein schweres Wochenbett aushalten müssen. Das nämliche gilt auch von den salzigten Speisen und von allen Gewürzen. Um die allgemein bekannte Schädlichkeit dieser heftig wirkenden Nahrungsmittel Ihnen zu beweisen, brauche ich nicht die mindeste Beredsamkeit anzuwenden. Diese Speisen müssen Sie gänzlich von Ihrem Tische verbannen. Sie werden in Ihren Adern ein glimmendes Feuer, das Ihre Säfte verzehret und dieselben in tödtliche Schärfen subtilisiret. Ihre Leibesfrucht aber wird das unseligste Opfer davon. Sie kann nicht allein nicht die hinlängliche Nahrung aus Ihrem Blute in sich ziehen, sondern sie bringet auch angebohrne Schärfen mit sich auf die Welt, welche die erste und unheilbare Ursache der bösen Ausschläge, der hitzigen abzehrenden Fieber und des jammervollen Frichtes, sind.

Schau-

Schaudervoll und nur zu gewiß ist die Wahrheit: daß viele Mütter um die Erhaltung des Lebens ihrer Kinder ängstlich bekümmert sind, deren unausbleibliches Unglück sie doch selbst vor ihrer Geburt schon auf vielfältige Art bereitet haben, Mütter! — murret nicht, scheltet nicht auf das Verhängniß, das euch eure Säuglinge raubet, sondern suchet den Ursprung des Elendes eurer Kinder in eurem eigenen wollüstigen Busen, und lasset euch die schauervolle Rücksicht in die vorigen Zeiten die nachdrücklichste Lehre für das Künftige seyn.

Da es ferner auch eine den Aerzten nur zu wohl bekannte Sache ist, daß viele schwächliche Schwangere von den Blähungen ärger gequälet werden, als der confirmirteste Hypochondrist, so sind Sie auch, wenn Sie von diesen Plagen gequälet werden, vor andern verbunden, nicht allein alles mäßig zu essen, sondern auch vorzüglich die Speisen ganz zu meiden, die viel Luft enthalten, oder schwer im Magen aufzulösen sind.

Zu diesen Gattungen rechne ich:

Alle Arten von Fettigkeiten.
Das meiste rohe Obst.
Alles harte und geräucherte Fleisch ohne Ausnahme.
Die meisten Arten von Käsen und Kuchen.
Die wässerigen Gemüsarten.
Die harten Eyer.
Die Austern.
Die Krebse.
Die Erdbirnen.
Die Nüsse.
Das Zuckerwerk.
Die Schnecken.
Die Tartüffeln.
Die groben Hülsenfrüchte.
Die Fruchtkerner.
Die Mehlspeisen.

 Und

Und endlich alle Fische, welche ein zähes hartes Fleisch, oder einen dicken schweren Schleim haben, und die ich nicht besonders nennen darf, weil Sie solche so gut kennen, als ich.

Erschrecken Sie ja nicht, daß ich Ihnen so viele Speisen untersage; es bleibt Ihnen doch noch eine große Anzahl von Nahrungsmitteln und Leckerbisgen übrig, die Ihnen, wenn Sie noch so zärtlich sind, die heilsamste Nahrung geben. Folglich können Sie auch um so leichter, alle obige Speisen von der Tafel und aus der Küche verbannen.

Hier liefere ich Ihnen einen herrlichen Küchenzettel, von welchem Sie nach Ihrem Gefallen Gebrauch machen können:

Zartes Fleisch von jungen Thieren.	Krebssuppen.
Kleine zarte Vögel.	Habergrütze.
Dünne Fleischbrühen.	Schwaden.
Reiß.	Etwas Spinat.
Grieß.	Gekochte Pflaumen.
Wurzelwerk das auf der Zunge zerfließet.	Renetten.
Mürbe zarte Fische.	Ein wenig Salat.
	Borstorfferäpfel.
	Mirabellen.

Und anderes dergleichen gekochtes Obst.

Neben diesem Küchenzettel müssen Sie sich aber auch die Behutsamkeit gefallen lassen, des Abends nicht sehr späte, und nur wenig zu essen; und jedesmal nach der Tafel eine gelinde Bewegung zu machen, indem sie dem schwachen Magen

gen in der Verdauung hülfreiche Hand leistet. Kehren Sie sich aber nicht an diese Vorschriften, so häufen Sie den Schleim im Magen, und vermehren die Blähungen, welche Ihnen sodann den Leib dergestalt auftreiben, daß eine Art von Windsucht Ihre wirkliche Schwangerschaft ungewiß machet; oder aber Ihnen Empfindungen verursachen, die mit einer wahren Wehe übereinkommen, und Sie vergeblich auf eine baldige Niederkunft hoffen lassen. Mit einem Worte, Sie schwächen Ihre Gedärme gänzlich, und verunreinigen Ihr Blut mit dicken, groben und scharfen Säften, die in Ihrem und in Ihres Kindes Körper die schrecklichsten Verwüstungen anrichten.

Nun werden Sie auch billig fordern, daß ich Ihnen die Eigenschaften der Getränke anzeige, und den Schwangern unter Ihnen diejenigen Getränke bestimme, die Ihnen am heilsamsten sind. Allein, ehe ich dieses bewerkstellige, wird nothwendiger Weise auszumachen seyn, ob Sie außer dem Thee, Kaffee, Chokolate, und anderen warmen Getränken, gar nicht verbunden sind, andere Flüßigkeiten zu sich zu nehmen.

Zur Nahrung und Erhaltung Ihres Körpers sind die Getränke nicht minder nöthig als die Speisen. Vorzüglich aber scheinen die Getränke zur Ersetzung derjenigen Feuchtigkeit bestimmt zu seyn, die Ihrem Blute täglich auf mannigfaltige Art abgehet, und ohne welche

Ihre

Ihre Fasern bald trocken und steif werden, und Ihr Blut leicht eine Neigung zu Entzündungen bekommen würde. Aber was soll man thun, wenn man doch keinen Durst empfindet? Dieß ist die Frage, dieß ist der Grund, wodurch Sie sich von dem Zwange des Trinkens zu befreyen suchen! — Ich weis nur ein einziges, aber recht kräftiges und zuverläßiges Mittel dagegen. Dasselbe besteht darinn, daß Sie sich täglich ordentliche Bewegungen machen. Dieselbige erregen den Durst, indem sie den Umtrieb und die Wärme Ihres Blutes vermehren, und die verschiedenen Absonderungen Ihrer Säfte, vornämlich aber des Schweißes, stärker machen. Auf die Art werden die unnützen Feuchtigkeiten aus Ihrem Körper gejaget, und Ihr trockener Schlund wird es nothwendig machen, öfters nach dem Glase zu greifen. Auch die Hartleibigkeit, welche gewiß keine geringe Plage besonders während Ihrer Schwangerschaft ist, können Sie, wo nicht ganz vermeiden, wenigstens doch viel erträglicher machen, wenn Sie mehr, als gewöhnlich trinken, und dadurch Ihre Gedärme schlüpfrig erhalten. Ich sage nicht zu viel, wenn ich behaupte, daß der Mangel der Bewegung und das wenige Trinken zwo der vornehmsten Ursachen der Martern sind, die Sie an Ihrem Körper ausstehen müssen.

Soll ich Sie etwa darum vom Trinken osſprechen, weil Sie des Tages etlichemal

Thee,

Thee, Kaffee, oder Chokolate zu sich nehmen? — Ich, absolvire Sie auf diese Art nicht; ob es schon Aerzte gegeben hat, welche gefällig genug gewesen, dieses zu thun, weil sie glaubten, daß diese Getränke Ihr Blut hinlänglich verdünnen, und Ihre Fasern genugsam anfeuchten. Ein jeder von Vorurtheilen entfernter Arzt, wird mit mir übereinstimmen, wenn ich behaupte, daß diese Getränke erstlich in der Menge in welcher man sie ohne Schaden genießen muß, viel zu wenig Feuchtigkeit in Ihr Blut bringen, und daß sie zweytens als warme Getränke Ihr Blut gar nicht erfrischen. Sie erquicken und stärken Ihren Körper gar nicht so, als wie ein anderer kühler Trunk. Sehen Sie nur einmal Ihre Mitschwestern an, welche fast stündlich die Theetassen am Munde haben. Sie gießen zwar Wasser genug in Ihren Körper, aber mit schlechtem Vortheile. Ihr Elend ist einem jeden mehr oder weniger sichtbar. Sie haben eine bleiche oder gedunsene Gesichtsfarbe; ein schlappes und schwammigtes Fleisch; sie klagen beständig über Mangel des Appetites, Magenschmerzen, Magendrücken, Engbrüstigkeit, Blähungen, Unverdaulichkeit, und über Unordnung des Monatlichen. Daß aber alle diese Beschwerden und Unpäßlichkeiten von dem Thee herrühren, will Ihr Verstand nicht begreifen.

Das Theekraut, welches außer den wenigen balsamischen und erdigten Bestandtheilen, die über dem nur schwach wirken, nicht das geringe

ringste in sich hat, was unsern Körper weder schaden noch helfen könnte, stiftet freylich dieses Unheil ganz und gar nicht an. Dem warmen Wasser allein kömmt dieses Lob der guten Wirkungen des Thees vornämlich zu, so wie ihm auch lediglich alles das beyzumessen ist, was der Thee jemals Feindseliges ausgeübet hat. Das warme Wasser zertheilet den Schleim im Magen und Blut; es macht die Gedärme und den Magen geschmeidig; es verdünnet das Blut, wärmet den Körper, und treibet den Schweiß, mit welchem viele Unreinigkeiten zugleich aus dem Blute fortgeschaffet werden. Da nun diese heilsamen Wirkungen sich diejenigen unter Ihnen gewiß versprechen können, welche den Thee nicht im Ueberfluß, sondern nur Morgens und Nachmittags jedesmal zu zwey Thassen warm trinken, so finde ich auch nicht die mindeste Ursache, Ihnen denselben weder besonders zu widerrathen, noch vorzüglich anzupreisen. Ich erlaube Ihnen, den Kaffe auftragen zu lassen, wenn Sie denselben lieber trinken; aber alsdann bitte ich Sie nachfolgender Anmerkung Ihre Aufmerksamkeit zu schenken.

Von dem Kaffee, als Ihrem allgemeinen Lieblingstrank sind so verschiedene Meynungen der Aerzte vorhanden, daß ich es Ihnen im mindesten nicht verarge, daß Sie vielleicht noch bis itzt zweifelhaft sind, ob er schädlich oder nützlich sey; ich wage es, Ihnen meine Meynung zu sagen, die übrigen mit mir nicht überein-

einstimmenden Aerzte können glauben was sie wollen.

Werden die Kaffebohnen so geröstet, daß das davon zermahlene Pulver eine dem Zimmet ähnliche Farbe hat, dann ist derselbe nicht so stark, aber viel angenehmer und unschädlich, und giebt ein nahrhaftes, erweichendes und angenehmes Getränk ab. Auch in Absicht auf das warme Wasser hat dieser Trank mit dem Thee alles gemein. Er reiniget den Magen und die Gedärme gleichfalls von dem Schleime, und ist also wie der Thee, **denjenigen Schwangern unter Ihnen** vorzüglich zu empfehlen, welche zur Hartleibigkeit geneigt sind. Allein das zuviele Rösten der Bohnen, wodurch das darinn enthaltene Oel scharf und ätzend wird, dieses ist das Schädliche daran. Dieses scharfe ätzende Oel nun reizet die bloßen Nervenfäsergen **Ihres** Magens allzusehr als daß derselbe nicht von dem alltäglichen Reize mit der Zeit sollte abgenützet, geschwächet, und zu einer guten Verdauung der Nahrung untauglich gemachet werden, weil die natürliche Beschaffenheit der Theile gewaltsam beweget wird, welches der Natur zuwider ist, und endlich diese gewaltsame Bewegung nicht mehr ertragen kann, folglich entsteht nach und nach bey **Ihnen** eine verdorbene Eßlust, eine üble Verkochung der Nahrung, ein dickes und zum Umlaufe untaugliches Geblüt, nebst einer Schärfe. Ingleichem können so viele Theilgen von dem scharfen Oele sich mit dem Nahrungs-

safte

safte vermischen, und in Ihr Geblüt übertragen werden, welche nicht allein einen geschwindern Umlauf desselben befördern, wodurch der feinere Theil davon verschwendet, und der übrige Theil verdicket werden kann, woraus das Zittern, Verstopfungen verschiedener Drüsen, Erhärtungen, Anhäufung des dickern Theiles vom Geblüte in den Blutgefässen der Eingeweide im Schmeerbauche, als wo ohnehin der Umlauf des Geblütes langsamer ist, und sodann die goldene Ader, Schwermuth, und alle Arten von Nervenkrämpfungen entstehen können: sondern auch noch eine besondere Schärfe mit Ihrem Geblüte vermischet wird, wodurch dasselbe eine üble Eigenschaft erhalten, und höchst schädliche Folgen verursachen kann.

Soll also der Kaffee keine von den oben beschriebenen Folgen nach sich ziehen, so müssen Sie ihn nicht starck rösten, nicht stark kochen lassen. Sie müssen ihn mit hinlänglichem Wasser verdünnen, zu wenigen Thassen, und des Tages höchstens nur zweymal trinken. So wird er Ihnen auch in Ihrer Schwangerschaft, wenn er Ihnen sonst kein Böses gethan, recht gut bekommen. Machen Sie aber den Kaffee zu Ihrem gewöhnlichen Tranke, und trinken Sie ihn täglich sehr oft, so wirket er mit vermehrter Kraft sehr gewaltsam auf Ihr Blut und in Ihre Nerven, und verwüstet Ihren Körper auf eine grausame Art. Er bringt nämlich Ihr Blut in die heftigste Wallung, und machet es feurig und scharf, daher

her ihn Hofmann für den Urheber des Friesels hielt. Er verursachet Ihnen unerträgliche Bangigkeiten, Herzklopfen, Zittern der Glieder. Er wird ein Stöhrer Ihres Schlafes, und der Ruhe Ihres Gemüthes. Er schwächet Ihren Magen und Ihre Gefässe, er erzeuget dicke, grobe Unreinigkeiten in Ihrem Magen und Blute, welche den Grund zum schwachen Appetite, zur Verstopfung des Leibes, zur Verdickung des Blutes, und zur Bleichsucht, legen. Er zerrüttet auf die gräulichste Art Ihren Körper durch heftige Zusammenziehungen der Nerven, und verursachet Krämpfe. Das Leztere bekräftigen diejenigen unter Ihnen mit Seufzen, die von der Mutterplage heimgesuchet werden. Was müssen nun Ihre schwangere Mitschwestern, welchen die Zufälle bekannt sind, denen Sie in ihrem Zustande sehr leicht unterworfen sind, hier denken, wenn Sie die Menge der Plagen übersehen, die allein der Misbrauch oder unrechte Gebrauch des Kafees hervorbringet. Wollte der Himmel, Sie ließen von dieser Minute an die gegründeste Furcht wider diese Feinde blicken, welche Ihnen sonst schon bey der geringsten Lockung gerne nachzustellen pflegen! Sie haben aber noch weit mehr zu besorgen. Der Misbrauch des starken, der Misbrauch des vielen Kaffees, kann Ihnen, wenn Sie ohnehin ein hitziges und lebhaftes Temperament haben, die gefährlichsten Blutflüsse erregen, und dadurch Ihren Körper entkräften, Ihrem Kinde die Nahrung entziehen, und sehr

oft eine frühzeitige Geburt zuwegebringen. Lauter Unglücksfälle, welche vornämlich den jungen Frauen unter Ihnen begegnen können.

Das beste Verhältniß das ich Ihnen in Betracht der Kafeebohnen gegen das Wasser anpreisen kann, ist dieses, wenn Sie ein Loth davon auf vier Thassen voll warmen Wassers gelinde sieden lassen. Machen Sie den Kaffee aber dünner, so haben Sie beynahe keine größre Wirkungen davon, als vom Thee, zu erwarten. Doch dörfen Sie gar nicht glauben, daß Sie alsdann einen so schwachen oder dünnen Kaffee in desto größerer Menge ohne Schaden trinken dürfen; denn die Uebel, welche Ihnen die Kraft des wenigen Kaffees nicht zufügen kann, wird die Menge des warmen Wassers in reicherm Maaße erwecken. Am allergesündesten ist der filtrirte Kaffee; denn da nur das feinste und subtileste Oel, nebst dem auflösbaren harzigten Wesen, vom Wasser ausgezogen wird, und durch das Filtrum gehet, so dringet er auch leichter durch Ihre Gefässe, und rauschet schneller durch Ihr Blut. Daher ist auch die Erhitzung, die er verursachet, nicht so anhaltend, und die Stärkung und Erquickung des Körpers ist merklicher, als wenn man gekochten Kaffee genossen hat, welcher vieles von den feinen Theilen währendem Kochen verlieret, und dagegen mit groben und dicken erdigten Theilen erfüllet ist, die, wenn Sie sich des Filtrirens bedienen, ganz und gar zurückbleiben. So vielen Beyfall aber auch

diese Mode in Deutschland anfänglich gefunden hatte, so geschwind kam sie in vielen Orten auch wieder in Verfall, weil sie meistens von den Dienstmägden misbilliget wurde, und zwar einzig und allein deßwegen, weil etwas mehr Geduld bey der Zubereitung erfordert wird, und sie weniger Vortheil dabey hatten.

Ueberhaupt aber könnte ich Ihnen mit leichter Mühe beweisen, daß wir in Deutschland Früchte haben, die sehr gut die Stelle des Kaffees vertreten könnten. Und es hat auch wirklich den Anschein, daß manchen Kaffeekrämern die Gesundheit ihrer Landesleute am Herzen lieget, weil sie ihnen diese ausländische Waaren mit den einheimischen vermischt liefern. Dieser Beweis und diese Untersuchung aber gehöret itzt nicht hieher.

Nun werden Sie mir ganz natürlich die Frage aufwerfen: **Sollen wir den Kaffee mit oder ohne Milch trinken?** Zu dieser Gewißheit können Sie bald gelangen. Haben Sie einen guten Magen, so wird die Milch ordentlich verdauet, und eine gute verdaute Milch nähret den Körper, erweichet die Gedärme, und mildert die hitzige Eigenschaft des Kaffees. Aber nicht alle Schwangere haben einen guten Magen. Sondern die meisten derselben klagen über schwache Gedärme. Ihr Magen beherberget vielen Schleim und manche Unreinigkeiten, wie er denn selten ohne Säure ist. Da behält ganz natürlich die Milch nicht ihre gute und milde

Eigenschaften. Sie gerinnet; zerfällt in harte Klumpen, und faulet endlich. Daraus entstehen Magendrücken, Beängstigungen, Blähungen, Aufstoßen, und Krämpfe. Wenn Sie also aus der Erfahrung wissen, daß Ihr Magen, besonders währender Schwangerschaft, sich in einem unvermögenden Zustand befindet, so enthalten Sie sich lieber der Milch. Diese Beschaffenheit Ihres Magens aber erkennen Sie an den sichern Merkmaalen des Eckels, des verlornen Appetites, des Aufstoßens, der Neigung zum Erbrechen, und des schmerzhaften Drückens in der Gegend der Herzgrube. Das warme Wasser und der Zucker verbessern die Milch freylich in so weit, daß das Wasser die Milch mehr verdünnet, und der Zucker das Fett der Milch zur Auflösung in den Feuchtigkeiten des Magens geschickter machet, allein ich setze auf diese Hülfsmittel doch kein großes Zutrauen, wenn Ihr Magen mit vielem Schleime überzogen ist; und ungeachtet der Zucker, wenn er in geringer Menge genommen wird, eine schleimzertheilende Kraft hat, so ist er dennoch viel zu schwach, den großen Vorrath von Unreinigkeiten zu zertheilen, der mehrentheils Ihren Magen währender Schwangerschaft anfüllet. Soll ich Ihnen vielleicht rathen, eine größere Menge Zucker an den Kaffee zu thun? Nein! wenn ich dieß thäte, so würden Sie den Schleim wirklich häufen, den ich ja vermeiden will. Vieler Zucker machet selbsten Schleim. Wo kämen sonsten die Blähungen her, die Sie alle-

allemal auf dessen häufigen Genuß verspüren? —

Nun noch ein paar Worte von der Chokolate, von dem Bischoff und von dem Puntsch, als den noch übrigen abzuhandelnden warmen Getränken.

Nur ein ausgehungerter Mensch, kann von der Chokolade viel auf einmal genießen. Sie besitzet schon starck nährende Kräfte, wenn man zuweilen nur zwo bis drey Thassen davon zu sich nimmt. Lieben Sie also, besonders während der Schwangerschaft, den täglichen Genuß der Schokolate, so leistet sie Ihnen keine angenehme Dienste: denn sie nähret Ihren Körper zu stark, und vermehret also die Vollblütigkeit, die allemal eine Gefährtinn der Schwangerschaft ist; sie erhitzet Ihr Blut wegen der scharfen feuerigen Gewürze; sie treibet Ihren Magen auf, und erzeuget Blähungen.

Würde der Bischoff nicht mit Brantwein, oder dem sogenannten Bischoffsliqueurs verfälschet, sondern gehörig mit einem reinen, guten rothen Wein, Zucker und Pommeranzensaft zubereitet: so würde ich ihn Ihnen, wie den im gehörigen Maaß getrunkenen Wein empfehlen. Wegen des gewürzhaften Oeles aus den Pommeranzen aber, müssen Sie ihn doch allezeit mit großer Einschränkung und Vorsicht gebrauchen. Allein noch lange ist Ihnen der Bischoff nicht so schädlich wie der Puntsch.

Der Puntsch ist, wie Ihnen bekannt seyn wird, eigentlich nichts anders als eine Limonade, wozu aber Brandwein, und vorzüglich Franzbrandwein, oder Arak, oder Rum und auch meist weiser Wein gemischt wird. Seine schädlichen Eigenschaften bestehen hauptsächlich darinn, daß er erhitzet, trocknet, bald berauscht, Schwäche und Kopfschmerzen zurück läßt. Ja man will ihm in England die Schuld beymessen, daß er, vorzüglich bey dem Frauenzimmer, die Abzehrung und die Schwindsucht selbst verursache. Sie sehen also hieraus von selbst leicht ein, was für schädliche Wirkungen ein solches geistiges Getränke vorzüglich da äußern müsse, wenn Ihr Körper durch eine starke Leibesbewegung, zum Beyspiele, vom Tanzen — Und bey Bällen ist doch der Puntsch der gewöhnlichste Trank — sehr erhitzt und ohnedem hernach eine Schwäche aushalten muß. Sie haben also Ursache wegen Ihres Körpers, sich vorzüglich vor warmen geistigen Getränken zu hüten.

Weil Ihnen demnach die warmen Getränke durch ihre Menge schaden, und doch in der kleinen Ihnen dienlichen Menge, nicht im Stande sind, Ihr Blut recht flüßig zu erhalten, und Sie zu erquicken; so entsteht nun itzt von selbst die Frage:

Welches von den kalten Getränken ist für Sie das beste und gesündeste, besonders währender Schwangerschaft?

Eine mit flüchtig wallendem Blute begabte, muntere, feuerige Frau, welche sonst gesund ist und vernünftig denkt, ist gewiß für die Erhaltung ihrer Gesundheit zu besorgt, als daß sie geistige Getränke lieben und begirig suchen sollte. Sie hält sich zu kühlenden Getränken, und doch behält Sie immer noch Feuer genug, um zu gefallen. Noch immer bleibt Sie der heiterste, fröhlichste Gegenstand in Gesellschaften. Sie genießt dabey die dauerhafteste Gesundheit, Ihr heiteres Gesicht wird nicht mit frühen Falten, als Fußstapfen des Alters bezeichnet, und ihre vollen Hände und Aerme werden nicht, durch eine Steifigkeit, an der annehmlichen Gelenksamkeit gehindert. Unter allen Getränken verdient daher das kalte den Vorzug.

Die kalten Getränke kann man ihrer Wirkung nach in wässerige und geistige eintheilen. Beyde aber zeigen sich in der Wirkung auf Ihren Körper unendlich verschieden. Das Wasser bleibt allemal der einzige Trank, welchen die Natur allen Völkern gegeben hat, und den jeder Mensch, ohne Schaden und Nachtheil, trinken kann. Das Wasser hat die beste Eigenschaft, alle Speisen aufzulösen, und einen guten reinen Milchsaft daraus abzusondern. Es ist am geschicktesten die Schärfe zu verdünnen, den Schleim zu zertheilen und die Galle unwirksam zu machen. Es ist mit einem Worte der leichteste, der reinste Trank, welcher die wenigsten Beschwerden macht, und am besten und leich-

leichtesten durch die Ab- und Aussonderungsgefässe gehen kann. Sollte daher das Wasser nicht besonders auch für Sie das gesündeste Getränk seyn? Die Wahl muß freylich ein frisches, süßes Quellwasser treffen, welches mit der Seife leicht schäumt, die Hülsenfrüchte leicht kocht, und die Wäsche leicht wäscht. Ich bin zum Voraus überzeugt, daß **diejenigen unter Ihnen**, die das Wasser von Jugend auf getrunken haben, demselben aus eigenem Triebe den Vorzug vor allem andern Getränke willig einräumen, und auch nicht die mindeste Lust bekommen werden, dieses heilsame Getränk zu verabschieden. Ein höchst löblicher und **Ihrer** Gesundheit sehr heilsamer Entschluß. — Aber deßwegen bin ich nicht willens, **diejenigen unter Ihnen**, die nicht an das Wasser gewöhnet worden, zum beständigen Genuße desselben zu bewegen; weil mir aus der Erfahrung bekannt ist, daß das Wasser denjenigen Personen, welche es sonst nicht getrunken, den Magen erkältet, beschweret, und den Leib, wo nicht ganz verstopfet, doch zimlich träge macht. Daher wird mich auch ein übertriebener Eifer für das Wasser nie verleiten **diejenigen unter Ihnen**, welche keine große Bekanntschaft mit demselben gehabt haben, diesen Beschwerden auszusetzen. Sie wären also diejenigen, welche es mit dem Citronenwasser, nicht mit dem Bier oder Wein halten.

Wasser mit Citronensaft und Zucker, oder Weineßig gemischt, und dergleichen ähnliche kühl-

kühlende Julepe schmeicheln nicht nur Ihrem Gaumen, sondern zeigen sich auch sehr thätig bey Ihrem hitzigen auffallenden Blute, und widerstehen den fauligten Speisen, und der Aufgährung Ihrer Säfte sehr wirksam. Der Raum würde mir zu enge werden, wenn ich Ihnen hier alle wohlthätigen Eigenschaften dieser Getränke erzählen wollte. Sie stärken, sie erhalten Ihre Säfte in gleichmäßiger Temperatur, sie widerstehen der Fäulniß, erhalten die natürliche Ausdünstungen Ihres Körpers, und sind die besten Verwahrungsmittel wider ansteckende Krankheiten. Jedoch aber müssen Sie beym Genuße dieser Getränke nachstehende Anmerkuug nie aus der Acht lassen.

Sie müssen diese Getränke bey heftigem Schweiß, z. B. beym Tanze, allezeit mit Behutsamkeit trinken, damit Sie keine Alteration dadurch bewirken. Doch können Sie sich eher ohne Einschränkung, bey jeder Gelegenheit und Vorfall und wallendem Blute, dieser kühlenden, als obiger erhitzenden Getränke bedienen. Sodann müssen Sie sich beym Genuße häufiger säuerlicher Getränke, der Milch und Milchspeisen enthalten, weil diese dadurch noch mehr zur Säure bestimmt werden, als blos durch den natürlichen Magensaft. Auch müssen diejenigen unter Ihnen, welche zu einer verunstaltenden Magerkeit incliniren, diese säuerlichen Getränke mehr meiden, als diejenigen, welche zu einer beschwerlichen Fettigkeit einen Hang be-

merken. Da dergleichen Getränke zehren: so finden also die letztere, an diesen Getränken, angenehme und doch bewährte Mittel, wider Ihre beschwerliche Fettigkeit.

Nun wende ich mich zu dem in den meisten deutschen Provinzen üblichen Modegetränke — zum Bier. Die Verschiedenheit der Biere in Absicht auf die Gesundheit, Geschmack und Farbe, welche Eigenschaften von der Menge, bisweilen auch von der Beschaffenheit der Bestandtheile abhänget, ist in verschiedenen Provinzen Deutschlandes, ja sogar in einzelnen Städten und Dörfern, so groß, daß ich, um von allen diesen Arten umständlich zu handeln, eine Reise durch einen großen Theil der Welt thun müßte. Nun möchten Sie mich wohl, schätzbare Leserinnen! nicht gerne begleiten. Aus diesem Bewegungsgrunde kann ich mich also auch auf einzelne Bierarten gar nicht einlassen, sondern ich muß mich begnügen, Ihnen blos die allgemeinen Eigenschaften eines gesunden Bieres anzuzeigen. **Diejenigen Bewohnerinnen fremder Orte unter Ihnen,** deren inländische Biere hier unmöglich einen Platz finden können, werden sehr klüglich handeln, wenn Sie die Aerzte Ihrer Gegenden höflichst ersuchen, Sie von der Beschaffenheit Ihrer dortigen Biere zu unterrichten. Ich bitte Sie! überlassen Sie sich in dieser Sache von Wichtigkeit, ja keinem bloßen Ungefähr. Das Bier hat etwas mehr Kraft, als daß es

allein

allein den Durst löschet, das Blut verdünnet, den Körper nähret und stärket; und ein schlechtes Bier, glauben Sie mir auf meine Ehre! richtet größere Verwüstungen an, als daß es blos den Magen verdirbt und verschleimet, oder eine Kolik verursachet.

Der Hauptstoff bey jedem Bier ist, außer dem Wasser, der Hopfen und das Malz. Je mehr oder weniger ein Bier mit einem von beyden versehen ist, desto mehr, oder weniger zuträglich ist es Ihnen. Hat ein Bier in Rücksicht auf den Hopfen zu viel Malz, heist man's ein malzreiches, und wenn es viel Hopfen hat, ein hopfenreiches Bier.

Malzreiche Biere verursachen Ihnen vermöge ihres Hauptbestandtheiles, des Malzes, welches sehr nähret und schwer zu verdauen ist, Trägheit, Dicke des Körpers, dicke Bäuche, zähes Blut und Säfte, woher dann allerhand Beschwerden entstehen. Für Sie ist also ein malzreiches Bier gar nicht. Es ist Ihnen zu schwer; und da Sie sich ohnehin nicht hinreichende Bewegung machen, so geht es weniger aus Ihrem Körper, schwächt Ihre Dauungswege, befördert hysterische Beschwerden, und verursachet Ihnen Bleichsucht und Cacherie. Ein malzreiches Bier, können Sie überhaupt gleich am süßen, eckelhaften Geschmacke erkennen.

Ein hopfenreiches Bier hingegen, welches sie an dem bittern Geschmacke sogleich erkennen können,

können, ist, wenn es nicht zugleich auch zu viel Malz hat, desto zuträglicher und gesünder für Sie. Es stärkt und treibt den Urin. Freylich müssen Sie ein hopfenreiches Bier mäßig trinken, wenn es Ihnen anders keine Hitze und unangenehme Trockenheit erzeugen soll.

Unter den leichten Bieren giebt das ordinaire Weißbier Ihnen zwar mehr Nahrung, und wärmet Ihr Blut stärker, befördert auch die Absönderung der Unreinigkeiten besser als das braune Bier, welches dagegen Ihrem Magen besser bekömmt, weil es nicht, wie jenes, so vielen Schleim und Säure zurückläßet. Im Sommer empfehle ich Ihnen den Genuß des weissen Bieres, weil es alsdann, wenn etwas Zitrone und Brod hinzugethan wird, Ihr Blut kühlet und erfrischet. Hingegen ist Ihnen ein gutes, klares, wohlgegohrenes braunes Bier im Winter dienlicher. Zum Glücke darf ich Ihnen die starkgehopften und aus vielem Dörrmalze bereiteten Biere nicht verbieten, weil Sie dieselben wegen Ihrer ausnehmenden Bitterkeit von selbst scheuen. Wollen Sie aber wissen, was sie schädliches an sich haben; so muß ich Ihnen sagen, daß sie sehr gewaltsam in Ihre Adern wirken, Ihr Blut außerordentlich erhitzen, und vollblütige Schwangere unter Ihnen in die Gefahr eines heftigen Blutflußes und einer zu frühzeitigen Niederkunft setzen können.

Obschon

Obschon Demosthenes, Lokke, Milton und von Haller stets lauter Wasser getrunken und dabey nicht nur ein hohes Alter erreicht, sondern auch ihre Geisteskräfte so stark dabey erhalten haben, so wird mich doch kein Mensch in der Welt überreden, daß ein Glas guten reinen Weines irgend einem Menschen jemals geschadet habe. Wann ich Ihnen nun solchen besonders in der Schwangerschaft nicht anpreisete, so würde ich den größten Tadel mit Recht verdienen. Sie haben in diesem Zustande mehr Anspruch auf ein Glas guten Weines, als alle Kaiser und Könige, weil sie ein Mittel nöthig haben, das Ihren Magen stärket, und die Verdauung gewisser blähenden groben Speisen befördert. Ein guter reiner Wein besitzt überhaupt Kräfte und Eigenschaften, welche sich bey Nervenbeschwerden so auszeichnen, daß wir dessen herrliche Wirkung bey irgend keinem andern Mittel antreffen. Auch bey einem Kranken ist öfters ein Kelchglas Wein die beste Nervenstärkung und glücklichste Arzney; da hingegen zwey Gläser, eben diesem Kranken zum Gift werden. Ueberhaupt aber soll der Wein niemal bis zur Ausschweifung getrunken werden, indem er sodann unsere Nerven überspannt, wovon eine Erschlaffung des Nervensystemes der traurige Erfolg ist. Daher auch das Maaß, welches Sie nicht, ohne Verletzung Ihrer Gesundheit, überschreiten dürfen, nach der Beschaffenheit Ihres Körpers bestimmt werden muß. Höchstens zwey Kelchgläser ächten Rheinwein,

wein, aber nicht mehr, erlaube ich Ihnen bey der Mahlzeit zu trinken, zumal wenn Sie sich daran gewöhnt haben.

Ueberhaupt aber, wenn Ihnen das Wasser allgemein nützlich und gänzlich unschädlich werden soll: so können Sie beym ordinairen Genuß des Wassers, unter ein Quart Wasser ein Kelchglas guten Rheinwein mischen. Einen herben, jungen, süßen und unreinen oder verfälschten Wein, oder einen Wein, der mehr Eßig als Wein ist, müssen Sie freylich meiden, indem diese Arten Ihnen allerdings auf mancherley Weise schädlich sind. Herbe und saure Weine schwängern Ihre Säfte mit einer scharfen, reizenden Schärfe, worunter man öfters, wegen der Verfälschung, den Pontak rechnen kann, so zuträglich er auch seyn mag, wenn er ächt ist. Süße und junge Weine, als der süße Tyrollerwein, der wegen der Verfälschung so beliebte Malaga, und der Ihren Gaumen so angenehme Muskatenwein, stören die Verdauung, und erschlaffen am ersten Ihre Muskelfasern. Sie bewirken mehr als andere Weine, Dummheit und Trunkenheit. Ein ächter Rheinwein, oder vielmehr ein reines Wasser mit Rheinwein vermischet, wäre also der Trank, welchen Sie vorzüglich wählen können und sollen.

Nun noch ein paar Worte von denjenigen Frauen, die dem Weine ihre ganze Liebe weihen. Man sollte freylich nicht glauben, daß

das an den Mannspersonen schon so äußerst verabscheuungswürdigste Laster der Trunkenheit, auch bey demjenigen zarten Geschlechte, welches sonst den Glanz der Tugend der Mäßigkeit, so einleuchtend besitzet, seine Anhänger finden sollte; und doch giebt es, leider! Beyspiele genug. Solchen Frauen nun, die das Gefühl der Ehre gänzlich verloren haben, sage ich nur so viel: daß Sie sich mit Ihrem Kinde auf die grausamste und unverantwortlichste Art in den Abgrund des größten Elendes stürzen. Die Wahrheit ist durch unzählige Erfahrung bestättiget worden, daß eine der Trunkenheit ergebene Frau, oft misgebähret, oder unzeitige Geburten und Kinder zur Welt bringet, welche die schrecklichsten Nervenkrankheiten haben.

Fünfte Abtheilung.

Von der Bewegung und Ruhe.

Ihre Gesundheit kann nie ohne einen gehörigen und gleichen Kreislauf Ihres Blutes bestehen. Durch die forttreibende Kraft des Herzens und der Schlagadern wird zwar Ihr Blut bewegt und zu seinen Verrichtungen geschickt gemacht; so gut aber und wunderbar das Hauptwerkzeug der Bewegung des Blutes zu dieser Absicht eingerichtet ist: so ist es doch nicht hinreichend, den Umlauf ihres Blutes ohne die

Leibesbewegung zu erhalten. Diese unterstützt die Kraft Ihres Herzens; giebt Ihrem Blute Wärme, machet es flüßig; befördert dessen freyere Vertheilung und Ausdünstung. Die heilsame Wirkung der Leibesbewegung und einer freyen Luft, wird bey den armen geschäftigen und arbeitsamen Landleuten am aller sichtbarsten. Sie genießen, bey schlechter Speise und Trank, die jugendlichste Munterkeit und Stärke, und die dauerhafteste Gesundheit. Sollte dieses Beyspiel Sie nicht auch zur Nachahmung reizen? Freylich müssen allezeit die Bewegungen Ihrem zärtlichen Körper angemessen seyn; sie dürfen nicht in entkräftende Ermüdungen ausarten. So richtig demnach der Schluß ist, daß eine träge und sitzende Lebensart den Körper augenblicklich schwächt, so richtig ist es im Gegentheile auch, daß ihn die Leibesübung stärkt. Sie können also durch die Bewegung Ihres Körpers, vielen Krankheiten, die von einem Mangel der Bewegung Ihres Blutes und Schwäche Ihrer Fasern herrühren vorbeugen, ja Sie können solche auch selbst dadurch heilen. Die Leibesbewegung ist also zur Erhaltung und Wiederherstellung Ihrer Gesundheit eines der wirksamsten Mittel. Sie erhalten davon, zum Beweise, eine Rosenfarbe in Ihrem Gesichte. Diese Wirkung von der Bewegung läßt Sie ganz sicher schließen, daß es ein vortreffliches Mittel wider Ihre chronischen Krankheiten sey, welche nur von wässerigen, stockenden Säften und erschlafften Fasern herühren.

ren. Ein unschätzbares Mittel also wider die hysterisch- hypochondrischen Nervenkrankheiten, wider rhevmatische Beschwerden und paralitische Lähmungen. Daher können Sie sich der Bewegung des Körpers, ganz zuverläßig, anstatt der rothen Schminke bedienen; sie wird eine solche natürliche Blühte auf Ihre Wangen verbreiten, die gewiß durch keine Kunst nachgeahmet, und durch kein Wasser abgespühlt werden kann.

Ich habe allbereits Ihnen schon oben gesagt, daß die Ernährung und Wachsthum des Kindes im Mutterleibe von der Beschaffenheit Ihres Blutes abhange, und daß dem Kinde nach dem Verhältnisse und der verschiedenen Güte Ihres Blutes mehr oder weniger Nahrung, Gesundheit oder Krankheit, Stärke oder Schwäche, zu Theil werde. Haben nun die Bewegungen Ihres Leibes den vorzüglichsten Nutzen, daß sie einen feinern Umlauf Ihres Geblütes bewerkstelligen, und das Geblüt rein und flüßig erhalten; so müssen Sie ja auch das leichteste und herrlichste Mittel werden, wodurch sie währender Schwangerschaft Ihre Gesundheit dauerhaft machen, und Ihrem Kinde die wesentlichste Leibesstärke und den ungehinderten Wachsthum verschaffen können. Sehen Sie nur diejenigen Frauen unter Ihnen an, die niemals gezweifelt haben, daß man die Gliedmassen dazu brauchen muß, wozu sie erschaffen worden; so finden Sie an ihnen das lachende Bild der

frohen Gesundheit, und an ihren Kindern eine beneidenswürdige Dauerhaftigkeit des Körpers. Weil sie ihre Hände zur Hausarbeit, und die Füße zum Gehen, anstrengen, und sich der Ruhe nur dann überlassen, wann die Müdigkeit sie dazu einladet; so ist ihnen die Trägheit der Glieder, die Unthätigkeit des Magens, und die Unlust des Gemüthes, was sehr fremdes. Sie können wie junge Lämmer herumspringen. Sie verdauen auch die härtesten und zähesten Speisen, weil die Pressung der Muskeln, und die vermehrte Wärme des Blutes, der Verrichtung des Magens zu Hülfe kömmt. Sie genießen einer wahren Heiterkeit der Seele, weil ihre gereinigten und lautern Säfte das Gehirn, wie ein helles Licht, durchleuchten. Das Blut beschweret ihre Adern nicht, weil sie den Ueberfluß der Säfte durch den Schweiß, oder durch die vermehrte Transpiration, los werden. Kurz, alle Schwangere unter **Ihnen**, welche **Ihren** Körper in beständiger Bewegung erhalten, sind eine nachdrückliche Widerlegung der von vielen angenommenen Meynung, daß die Schwangerschaft an und vor sich eine Krankheit sey, oder viele Krankheiten und verdrießliche Zufälle nothwendig hervorbringe. Denn im Vertrauen gesagt, die Aerzte verdienen, in diesem Zustande, von **Ihnen** nicht viel.

Die geschicktesten Leibesbewegungen für Sie sind: das Sprechen, das Singen, das Lachen,

das Spazierengehen, das Tanzen, das Reiten und Fahren. — Vielleicht hat die göttliche Vorsehung Ihnen vorzüglich den Trieb zum Singen und vielen Sprechen, zum Ersatz der Ungemächlichkeiten Ihrer sitzenden Lebensart gegeben. Außer der Annehmlichkeit und natürlichen Munterkeit, mit welcher Sie hypochondrische Mannspersonen unterhalten, und angenehme Gesellschafterinnen sind: nützen Sie sich selbst, indem Sie eine Leibesbewegung dabey haben, welche, in Ermanglung anderer Bewegungen, allerdings vielen Nutzen auf Ihren Körper äußert, und von uns Aerzten, nicht ohne Grund, als eine Bewegung angepriesen wird. Die häuslichen Beschäftigungen, scheinen öfters eine heftige Bewegung Ihres Körpers zu seyn; allein, wegen der damit begleiteten verdrießlichen Auftritte, müssen sie dem Sprechen und Singen weit nachstehen. Denn außer den heiteren Gedanken, mit welchen Ihre Seelen, im geselligen Umgange, unterhalten werden, welches das vortrefflichste Mittel wider Verdruß und Niedergeschlagenheit ist, giebt auch die zitternde Bewegung Ihrer Lunge beym Reden, Singen und Lachen, Ihrem Geblüte einen freyern Umlauf.

Der Tanz ist, unter der gehörigen Einschränkung, ein allen Nationen gemeines Mittel, das Gemüth aufzuheitern, und auch schon dem bloßen Zuschauer einen aufmunternden Beweis seiner wirklichen Fröhlichkeit abzulegen. Beym

Tanze wird Ihr Körper aufrecht gehalten, und fast alle Muskeln und Gelenke Ihres Körpers werden in Bewegung gesetzt. Hierdurch wird nicht nur der Kreislauf Ihres Blutes erhalten und vermehrt, und das Gemüth heiter, sondern Ihr Körper erlangt auch dadurch eine angenehme Stellung, ihre Glieder werden biegsam erhalten, und Ihre Stärcke wird vermehrt. Daher dürfen Sie auch während der Schwangerschaft dem Ihre Hand nicht weigern, der Sie zu einem gemächlichen und gelinden Tanze auffodert. Selbiger bleibt immer eine gesunde Bewegung, so lange Sie das Eschauffement dabey vermeiden, und sich in solche Tänze nicht einlassen, die Ihrem Tänzer Gelegenheit verschaffen, seine Hälfte wacker herumzuschmeißen. In den heißen Sommertagen aber tauget das Tanzen am wenigsten, weil zu dieser Zeit die größte Schlappheit in Ihren festen Theilen herrschet, und alle thierische Säfte zum Aufwallen und zur Fäulung ohnehin so sehr geneigt sind. Die schmelzenden Schweiße, die Begierde sich durch einen kühlenden Trunk zu laben, alles vereiniget sich, um die Tanzenden in gefährliche Krankheiten zu stürzen. Es ist Ihnen demnach rathsam, zu solchen Zeiten das Tanzen einzustellen.

Das Fahren scheinet kaum eine Leibesbewegung zu seyn, weil Ihr Körper wirklich dabey ruht. Bey dem sachten Fahren ist es auch in der That nicht anders, und ich würde nichts

dage-

dagegen einzuwenden haben, wenn nicht Ihr Unterleib, indem Sie sitzen, zu sehr eingebogen und gepresset, und dem Kinde seine Wohnung auf einige Zeit zu enge gemachet würde. Das kann Ihnen aber, wenn es oft geschieht, nachher eine schwere Geburt verursachen. Diese Nothwendigkeit des Sitzens zernichtet auch die gute Meynung, die man von den Kutschen hat, welche in Riemen hangen; und welche man darum den schwangern Frauen anpreiset, weil man darinn sachte gewieget wird. Ein berühmter Arzt drücket sich über eine solche durch Pferdefüsse veranstalte sanfte Bewegung, folgendergestalt aus: „Schon lange ist die Unterhaltung so vieler Wägen und Pferde als eine wichtige Ursache des übertriebenen Aufwandes in Städten, und als die Quelle des gänzlichen Ruines vieler Familien angesehen worden. Man hat freylich dem blos politisch betrachteten Uebel durch gewisse Taxe abzuhelfen gesuchet, welche itzt in manchen Städten, wie zum Beyspiel in London, ungeheure Summen eintragen, aber dem Luxus nicht gesteuret haben. In Betracht des Einflusses von diesem Geschmacke auf die Gesundheit des Adels und vornehmen Bürgerstandes, sollte man auf viel wirksamere Gesetze denken. Welch ein Unterschied zwischen einer und der nämlichen Nation, in Zeit von nicht gar dritthalbhundert Jahren! — — Dort noch Könige, Fürsten und Frauen zu Pferde, des Adels vorzüglichstes Geschäfte in seiner tapfern und männlichen Reiterey, und in

allen Ständen die Bewegung zu Fuße die gewöhnlichste; ein starker mannbarer Körper, die Ehre und Zierde des deutschen Jünglings — und Haus- Garten- und Küchengeschäfte, der rühmlichste Gegenstand des blauaugigten Mädchens von zedergeradem Wuchse, mit nervigtem Arme und flinkem Fuße! — heut zu Tage alles, was sich nur vom Pöbel unterscheiden will, in Wiegen von Pferden gezogen — fünfzehn tausend Kutschen in Paris, und, nach Verhältniß eben so viel in allen größern Städten: wo noch kaum vor zwey hundert Jahren selbst der Monarch dieses Königreichs durch eine eigene Handschrift seinem Vertrauten zu wissen that — daß er heute nicht zu ihm gefahren kommen würde, weil seine Gemahlinn seinen Wagen dermalen für sich zu gebrauchen dächte. — Heut zu Tage Deutschlands junge Heldensöhne mit Weiberzügen, die Füße in weißglänzender Seide, den Körper in die feinste Stickereyen gehült, mit hochgekräuster Stirne, statt des väterlichen Helms, den Hut — itzt unterm Arm, sanft in das Singspiel hin- und zum Spieltische hergerollt, wo sie die auf den itzigen Karten gemalte Namen der Alexander, Herkules, Karl des Großen und Lancelotus, erst mit Verlurst ihres Vermögens und ihrer Gesundheit, kennen lernen; kaum noch kräftig genug, den seidenen Schirm der Sonne entgegen zu halten, die sich unterstehen darf der zierlichen Mannspuppe ins Angesichte zu scheinen, wenn sie je den von Firniß glänzenden Wagen verläßt, um marionetten-

tenmäßig über die Straße hinzuhüpfen! — Die künftige Mutter der jungen Verfechter der deutschen Ehre und Namens, die welke Brust und blassen Wangen weiß und roth dick übersirnißt, in fischbeinernen Panzern, den ganzen lieben Tag über in einem Kreise fader Kleinmeister unbeweglich auf den wollüstigen Soffa hingefesselt — eine erklärte Feindinn aller häuslichen Beschäftigungen und dereinst unbarmherzige Halbmutter siechender Söhne — alles blos wegen dem elenden mörderischen Vorurtheile: daß es weniger vornehm klinge, das zu thun, was das gemeine Volk gesund erhält, daß der nicht unter hübsche Leute zu zählen sey, der nicht bis auf das Zufußgehen verlernen, und doch in der Welt große Schritte machen könne. — Und damit nun eine solche durch Pferdefüsse veranstaltete Bewegung ja auf eine sanfte Art geschehe; so werden alle nur menschenmögliche Vortheile an den Wägen verschwendet, ihre Bewegung unfühlbar zu machen, und alles so einzurichten, daß man sich, wie allbereits oben gemeldet worden, von einer Gesellschaft in die andere könne wiegen lassen. — Was kann man aber von solchen Tollheiten erwarten? Kann es wohl lange damit anstehen, daß Leute, die sich schämen für Männer angesehen zu werden, nach und nach zu Weiber, und Weiber zu gebrechlichen Puppen werden. — Gewiß, diese Betrachtungen noch weit mehr, als jene, welche sich in Rücksicht auf die allgemeine Ueberspannung im Aufwande, hier anbiethen, verdienen

diese gefährliche Krankheit des Staates zu heilen. Die Anzahl der Wägen, die blos gemacht sind, um sich einander zahlreiche Besuche abzustatten, fast ohne im gerinsten den Körper zu erschüttern, zeuget immer mehr von unserer Schwäche, als von Verschwendung, es seye, daß man sie als Zeichen oder als Ursachen betrachten wolle; und das Mittel bürgerliche Personen wieder gehen zu lehren, ist: daß man das allzugemächliche Fahren, bey allen Gelegenheiten, wo es ohne große Ermattung möglich ist, sich der von dem Schöpfer angewiesenen Werkzeuge zur bessern Gesundheit zu bedienen, erschwere.“

Höchst schädlich aber ist Ihnen das geschwinde und lange Fahren besonders auf einem steinigten Boden, indem dadurch Ihr Körper entsetzlich durchgestoßen und gewaltsam erschüttert wird. Höchst gefährliche ja manchmal tödtliche Blutflüsse, welche noch überdas eine frühzeitige Niederkunft beschleunigen, sind unausbleibliche Folgen davon.

Zum Reiten werden Sie wohl, besonders in der letzten Zeit Ihrer Schwangerschaft, keine sonderliche Lust spüren, weil Sie die damit verknüpften Beschwerlichkeiten von selbst davon abhalten. Aber mein innigster Wunsch ist der, daß Sie sich auch in den ersten Monaten Ihrer Schwangerschaft keinem Pferde anvertrauen. Sie mögen auf dem Quersattel sitzen, oder mit ausge-

ausgestreckten Füssen reiten, und das Pferd mag sachte oder im Galoppe laufen, so haben Sie doch, nach dem verschiedenen Grade Ihrer Zärtlichkeit, eine zu frühzeitige Niederkunft zu besorgen.

Das Gehen bleibt daher für Sie die beste, bequemste und heilsamste Bewegung, die ich Ihnen auch besonders in der Schwangerschaft nicht genug empfehlen kann, weil sie alle guten Absichten befördert. Nur müssen Sie sich vor dem Fallen in Acht nehmen, wozu Sie wegen der Schwere Ihres Körpers sehr geneigt sind, und welches, wie ein Stoß, der unmittelbar an Ihren Leib geschieht, nicht allein einige Glieder Ihrer Leibesfrucht verlezen und verrücken, sondern auch Ihnen eine frühe Niederkunft verursachen kann. Unzählige Beyspiele könnte ich Ihnen zur Bestättigung dieser Wahrheit anführen. Wollen Sie also wissen, wie Sie sich vor beyden Anfällen, besonders während der Schwangerschaft, hüten können? — So antworte ich Ihnen:

Verbannen Sie die hohen Schue, als eine höchst verdammungswürdige Mode — Steigen Sie in der Finstere keine Treppe. —

Gehen Sie ohne Begleitung und Unterstützung nicht auf einem unebenen Boden, im Schnee, oder auf dem Glatteise.

Begeben Sie sich nicht in das mindeste Gedränge.

Befolgen Sie diese ertheilten Behutsamkeitsregeln, und übereilen Sie sich im Gehen nicht, so werden Sie gewiß allemal sichere Tritte thun.

Nun zu der Ruhe Ihres Körpers. Denken Sie sich einmal das Gegentheil von allem, was die Bewegung verursachet; so haben Sie einen herrlichen Begriff von den Wirkungen der anhaltenden Ruhe. Alle Thiere, welche keine, oder äußerst langsame Bewegung haben, sind vom Schlamm und Unrathe ganz ausgefüllet. Auch der Mensch wird ihnen ähnlich, wenn er beständig stille liegt, oder sitzt, oder nicht die mindeste Bewegung des Körpers macht. Unsere Gefässe oder Adern haben zwar eine eigenthümliche Kraft, das Blut und die Säfte fortzutreiben, und das Unreine durch die verschiedenen Absonderungswege auszustoßen; allein, weder diese Kraft, noch der Druck und die Wärme des Blutes, wodurch die Gefässe zur stärkern Action gereizet werden, sind hinreichend, dem Blute seine Flüßigkeit und Reinigkeit zu erhalten. Das Feisch, welches die Adern allenthalben umgiebt, und welches man Muskel nennet, kann diese Endzwecke am besten und stärksten befördern. Es ist das, was, durch sein Vermögen sich auszudehnen und zusammenzuziehen, den Körper und dessen Glieder in Bewegung setzet; was aber auch, durch seinen unmittelbaren Druck auf die Adern, währender Bewegung das Blut fortpresset, dessen

Umlauf geschwinder machet, dessen zähe und dicke Theile auseinander treibet, und das Ueberflüßige und Unreine herausjaget. Wo aber die Bewegung mangelt, da fallen auch diese Wirkungen weg, und die Menge des Blutes muß mit den Unreinigkeiten und den zähen schleimigten Säften zunehmen, weil das Blut langsamer durch die Adern läuft. Nun könnte ich Ihnen viele Krankheiten und Unordnungen namhaft machen, die lediglich aus dieser üblen Beschaffenheit des Blutes entspringen. Es mag aber genug seyn, wenn ich es Ihnen nochmals bekräftige, daß wenige Zufälle den vornehmen Schwangern unter Ihnen zustoßen, die nicht auf eine nähere oder entferntere Art von der anhaltenden Ruhe, von dem Mangel der Bewegung, ihren Ursprung nehmen. Dieser Einfluß der Leibesbewegung in Ihre Gesundheit oder Krankheit, ist so groß und so weit erstreckend, daß selbst die böse Beschaffenheit der Luft Ihnen erträglicher wird, und die Unmäßigkeit im Essen Ihnen weniger schadet, wenn Sie die Ruhe meiden. Sie haben keinen andern Vortheil von der Ruhe, als daß sie Ihre müden Glieder stärket, und Ihren abgematteten Körper erquicket. Solches aber thut sie in weniger Zeit. Allein, sobald Sie sich ihr ganz ergeben, so verbreitet sie über Ihren ganzen Körper Unthätigkeit, Trägheit, Krankheit.

Einen viel entsetzlichern Fehler aber begehen diejenigen unter Ihnen, die in beständiger

Ruhe des Körpers leben, und sodann allen daher rührenden Schaden wieder gut zu machen hoffen, wenn Sie zu solchen Gelegenheiten kommen, wo Sie Ihren Körper durch eine tüchtige Motion erschüttern können. Daß Kinder in einer Lust ausschweifend sind, die sie selten genießen, das weis ich. Daß aber erwachsene Personen hierinn noch Kinder geblieben sind, ist mir außerordentlich auffallend. Kömmt man selten aus dem Hause, so glaubt man verbunden zu seyn, die Bewegung des Körpers, welche man sich nun einmal gefallen lässet, bis auf das äußerste zu treiben. Man läuft von einem Dorfe zum andern; man springt über Berge und Hügel; man jagt sich die Alleen herauf und herunter; man springt die Treppe herauf und herunter; man tanzet so lange, bis der müde Körper niederfällt. Wenn ich nun bedenke, daß viele junge Schwangere unter Ihnen, diese Handlungen begehen, so ist es auch meine Pflicht Ihnen den gefährlichen Hinterhalt einer solchen heftigen und angreifenden Bewegung zu verrathen. Sie schreiben freylich gemeiniglich den großen Schaden, der derselben folget, einer üblen Beschaffenheit der Luft, oder andern Ursachen außer Ihnen, gar zu gerne zu, um von aller eigenen Schuld frey zu seyn. Ich könnte sagen, daß Sie bey den anhaltenden starken Bewegungen gar nicht vor den äußern Verletzungen Ihres Leibes sicher seyn. Weil Sie sich aber davor in Acht nehmen können; so will ich Ihnen lieber die Verwüstungen an-

zeigen, die eine solche übertriebene Bewegung sowohl auf Ihren Körper als auch auf Ihre Leibesfrucht ausübet. Darüber bekümmere ich mich im geringsten nicht, daß viele hundert Schwangere unter Ihnen in der letzten Zeit Ihres gesegneten Standes Ihren Körper, bey vorfallenden Gelegenheiten gar nicht geschonet haben, und doch glücklich niedergekommen sind. Denn ich weis wohl, daß eine Leibesfrucht, die nun bald ihren gehörigen Wachsthum im Mutterleibe erlanget hat, einer großen Gewalt noch so ziemlich widerstehet; allein ich weis auch eben so gewiß, daß die Mutter nicht immer so gut wegkömmt, sondern in Ihrem Wochenbette sodann oft mit Krankheiten und Schwachheiten kämpfen und ringen muß, welche die vorigen genossenen Lustbarkeiten in traurige Erinnerung bringen. Aber — merken Sie es wohl, in den ersten Monaten Ihrer Schwangerschaft empfinden Sie und Ihr Kind die Wirkungen der ausschweifenden Bewegungen Ihres Körpers am nachdrücklichsten. Vorzüglich äußern sich solche betrübte Wirkungen bey denen unter Ihnen, die vorher eine lange Ruhe gepflogen, und dadurch vieles Blut gesammelt haben. Die Bewegung, wie ich Ihnen allbereits schon gemeldet habe, vermehret den Umlauf Ihres Blutes. Nun muß derselbe natürlicher Weise desto schneller und heftiger werden, je größer und anhaltender die Bewegung ist. Der gewaltige und schnelle Umlauf Ihres Blutes schadet Ihnen aber nicht

so sehr, wenn Ihr Körper von keinem Ueberflusse des Blutes belästiget wird. Allein, wenn Ihr Körper vollblütig ist, so bahnet sich Ihr Blut, wenn es zu gewaltsam umgetrieben wird, leicht einen Weg zum Durchbruche. Und darum ziehen Sie sich auch durch eine solche erhitzende und starke Bewegung Blutflüsse zu, welche Ihre frühzeitige Niederkunft beschleunigen. Oder, wenn Sie nur erst einige Monate schwanger sind, so wird Ihre zarte, unvollkommene, und kaum mit einem Leben beseelte Leibesfrucht durch einen Blutsturz ausgestoßen. Diese frühzeitige Niederkunft wird um so leichter befördert, da die schwache Leibesfrucht, welche mit ihren Gefässen nur erst mit der Gebährmutter locker und lose zusammen hänget, durch die bey heftigen Bewegungen vorfallende Erschütterung Ihres Körpers von seinen Banden losgerissen wird. Hierzu trägt auch der unmittelbare Druck Ihres durch stärkeres Athemholen oft und wiederholtermassen bewegten Unterleibes nicht wenig bey.

Hätte ich diese Abhandlung nicht einzig und allein Ihnen, schätzbarste Leserinnen! gewidmet, so hätte ich hier die erwünschteste Gelegenheit, gewisser Actionen einzelner Theile unsers Körpers, die zugleich mit auf den Unterleib wircken, Erwehnung zu thun. Sie sind meistens solche, die ein starkes oder östers Athemholen mit sich verbunden haben; und da Ihnen bekannt ist, daß bey einem öftern Athemholen

die Muskeln Ihres Unterleibes in kurzer Zeit oft hintereinander stark ausgedehnet und wieder zusammengezogen werden; so werden Sie auch ohne Mühe begreifen, daß dadurch eine frühzeitige Niederkunft bewerkstelliget werden kann. Sie müssen sich also, damit ich nicht zu weitläuftig werde, damit begnügen, wenn ich diese verschiedenen Actionen, welche Ihnen währender Schwangerschaft auf solche Art Gefahr bringen können, blos nenne. Dahin rechne ich aber vorzüglich das übermäßige Lachen und Schreyen, das Tragen und Aufheben schwerer Lasten, und das heftige Nießen.

Die Ruhe Ihres Körpers bestehet im Liegen oder Sitzen uud Stehen. Von der erstern Art werde ich in der nachfolgenden Abtheilung handeln.

Das Stehen können Sie nicht lange aushalten, ohne mit wankenden Füssen und aufgetriebenen Schenkeladern eine bequemere Stellung zu suchen. Ruhen Sie in wachenden Zustande aus, so sitzen Sie gemeiniglich, nicht wahr? — Hierbey aber befindet sich Ihr Körper in der unnatürlichsten Stellung, welche Ihrem Blute in dem freyen Laufe durch Ihren Unterleib und durch Ihre Füsse große Hindernisse setzet. Dieses werden Sie leicht zugeben, da es eine allgemeine bekannte Sache ist, daß dem die Füsse einschlafen, oder gar schwellen, der lange Zeit gesessen. Ist es überdem ausgemacht, daß das Blut sonst schon in dem

Körper einer schwangern Frau, und sonderlich in den untern Theilen, schwer circuliret; so haben Sie auch die größte Ursache, das viele Sitzen zu meiden. Diese Art der Ruhe wird Ihnen noch so gut bekommen, wenn Sie dieselbe mit dem Gehen, oder andern Bewegungen ordentlich abwechseln lassen. Allein, wenn Sie den ganzen Tag Ihren Soffa hüten, und bey dem Nährahmen, bey andern Frauenzimmerarbeiten, oder bey dem Lesen, mit eingebogener Brust und gebücktem Körper sitzen, so bereiten Sie sich mit Gewalt unnöthige Schmerzen, und eine schwere Geburt. Es ist auf diese Art eine unausbleibliche Folge, daß die Gebährmutter, nebst den andern Eingeweiden Ihres Unterleibes, sehr eingepresset und eingeklemmet werden, und daß das Blut aufgehalten werden, und in den Gefässen stocken muß: Die erschrecklichen Folgen davon sind, daß die Nachgeburt anwächset, die Geburtswege verengert werden, und das Kind mit Lebensgefahr gebohren wird.

Glauben Sie mir sicherlich, keine Lage des Körpers ist bequemer, erquickender, und gesünder, als die, welche er in einem halbliegenden Zustande hat, wo der Leib etwas flach geleget wird, und die Füsse ein wenig ausgestreckt hervorragen. Allein, Sie halten diese Stellung für unanständig (weis aber im geringsten nicht weswegen), und darum bedienen Sie sich derselben nur auf Ihren Sophas und Canapes,

wenn

wenn Sie allein sind. Die Türkinnen und morgenländischen Frauen denken hierinn, wie mich dünket, weit klüger. Doch ich bin ja nicht dazu berufen, Ihnen in diesem Stück eine andere Moral einzuflößen.

Sechste Abtheilung.

Vom Schlafen und Wachen.

Nachdem ich, nach meinem beßten Vermögen, von den Bewegungen und von der Ruhe Ihnen alles Nöthige beygebracht habe, so leitet mich der Zusammenhang dieser Abhandlung nothwendig auf zwo andere körperliche Verrichtungen, ich meyne das Schlafen und Wachen. Sind wir müde, so müssen wir schlafen. Haben wir lange gewachet, so werden wir müde und entkräftet. Dies alles wissen Sie aus der Erfahrung. Sie können demnach hieraus den richtigen Schluß machen: daß das Wachen mit den damit verknüpften Geschäfften Ihres Lebens den Nervensaft verzehre, und alle Ihre Werkzeuge der thierischen Verrichtungen stumpf mache, und daß der Schlaf Ihre Lebensgeister wieder sammle, und Sie zu allen Handlungen aufs neue belebe. Diese Schlüße sind wegen der damit übereinstimmenden Wirkungen sehr richtig. Also wäre es fast unnö-

thig, Ihnen von dem Schaden des vielen Wachens vorzupredigen. Schwangere Frauen unter Ihnen müssen es wissen, daß sich ein entkräfteter Körper zu Ihrem Zustande, und zu dem Wohl Ihrer Leibesfrucht, nicht schicke. Weil Sie auch von selbst einsehen, daß der Schlaf Ihren Körper stärket und erquicket; so werden Sie auch demselben die nöthige Zeit nicht entziehen. Um aber Ihre Begriffe noch klärer zu machen, will ich ihnen nur im Vorbeygehen sagen, daß das anhaltende Wachen auch Ihr Blut hitzig, scharf und zu feurig mache, und den klebrigten Nahrungssaft verzehre, der zur Erhaltung Ihres Körpers und zum Wachsthum Ihres Kindes nothwendig erfodert wird. Das Schlafen aber wirket das Gegentheil. Es erhält Ihr Blut in seiner milden Beschaffenheit, in seinem sanften Umlaufe, und lässet Ihrer wirkenden Natur die Zeit, in aller Stille und in ungestörter Gemächlichkeit die Nahrungstheile zur vollkommenen und dauerhaften Bildung aller Gliedmaßen Ihres Kindes abzusetzen. Selbst das Daseyn des Kindes in Ihrem Leibe ist lauter Schlaf. Sie haben viel zu lebhafte Seelen, als daß Sie lange schlafen könnten. Ihr Körper ist viel zu schlaff, und zur Ruhe viel zu sehr geneigt, als daß Sie lange wachen könnten. Fürwahr, eine glückliche Bestimmung, wo eines das andere mäßiget! Wovon soll ich aber nun handeln, da bey den Meisten unter Ihnen eine weitläuftige Warnung

wider das Uebermaaß des Wachens und Schlafens hier unrecht angebracht seyn würde. Zum Glück fällt mir eben doch zu rechter Zeit ein, daß ich Ihnen keinen geringen Dienst erzeigen kann, wenn ich Ihnen einen gesunden und ruhigen Schlaf verschaffe. Dieser Punkt allein, soll mich jetzt ein wenig beschäftigen.

Die herrlichste Unterhalterinn und die beßte Gefährtinn eines süßen und ununterbrochenen Schlafes ist:

Eine stille Gemüthsruhe.

Wer sich mit zufriedenem Herzen in das Bett begiebt, schläft die ganze Nacht ungestört. Aber eine mit Leidenschaften erfüllte Seele, ein aufgebrachtes oder eifersüchtiges Gemüth raubt dem Schlafe alle Macht über den müden Körper. Das ist eine unumstößliche Wahrheit, daß eine verliebte Schöne, eine ehrsüchtige, eifersüchtige, oder rachgierige Frau, eine von ihrem bösen Manne geplagte Frau, eine leibhafte Zankgöttinn ihres Hauses, und eine mit Kummer und Traurigkeit gebeugte Märtyrinn, gleich große Klagen über schlaflose unruhige Nächte führen. Die so verschiedenen Verfassungen des Gemüthes aber will ich hier mit weiterm Stillschweigen übergehen, weil ich sie meinen schätzbaren Leserinnen theils nicht zutraue, theils aber auch nicht wünsche. In Ihrem Schlafzimmer verdienen die körperlichen Umstände

mehr Aufmerksamkeit. Bringen Sie den größten Theil des Tages, wenn Sie gleich wachen, in beständiger Ruhe zu, so ist es höchst lächerlich wenn Sie sich über Mangel des Schlafes beschweren. Nur alsdann werden Sie die balsamische Kraft des Schlafes fühlen, wenn Ihr Körper müde ist; und um müde zu werden, müssen Sie sich Bewegungen machen. Sie belieben nur es einigemal zu versuchen so werden Sie einen großen Unterschied merken. Unsere Seele, und im Vertrauen gesagt, besonders die Ihrige ist ein so eigensinniges Wesen, daß sie plötzlich aufrührerisch wird, so bald in Ihrem Körper Unordnungen währendem Schlafe vorgehen. Sie wird so fort überaus thätig, und unterbricht den Schlaf, entweder mit äußerst verdrüßlichen Träumen, oder verjaget ihn ganz und gar. Nun sind Sie währender Schwangerschaft ohnehin den Träumen unterworfen, weil die Last Ihres Körpers, das schwer umlaufende Blut, und zuweilen selbst die unruhige Leibesfrucht, Ihrem Körper allerhand Beschwerden verursachen. Sie müssen daher sich äußerst bestreben, alle Ursachen zu vermeiden welche entweder Ihre empfindliche Nerven reizen, das Blut erhitzen, oder selbst der Leibesfrucht Anlaß zur Bewegung geben können.

Da nun ein erhiztes Blut die Lebensgeister rege macht, und, so bald diese in Wirksamkeit sind, der Schlaf verbannet ist, so werden Sie auch

auch leicht einsehen, daß die warmen Getränke, als der Thee und Kaffee, vornämlich bey Vollblütigen unter Ihnen, die unausbleiblichen Störer der nächtlichen Ruhe sind. In diesem Betracht schicken sich auch alle Kräuter und Blumen, die einen starken durchdringenden Geruch ausdünsten, nicht in Ihre Schlafzimmer. Sie bringen ihr Blut in starke Wallung, und betäuben Verstand und Sinne. Und, wenn sie gleich nicht immer das Leben kosten, oder Ihnen tödtliche Krankheiten zuwege bringen, so sind sie doch unstreitig die Urheber ängstlicher und schreckenvoller Träume. Aus der nämlichen Ursache müssen Sie auch in keinen frischgeweißten, in keinen sehr heissen, oder auch nicht in solchen Zimmern schlafen, wo man noch nicht gar lange die Thüren oder andere Geräthschaften, mit Firniß und Oel überstrichen hat. Hauptsächlich aber müssen Sie den vollen Magen als den vornehmsten Feind Ihres Schlafes ansehen. Ich habe es Ihnen schon oft gesagt, daß Ihr Magen während der Schwangerschaft schlecht verdauet, und daß Sie von Blähungen und Krämpfungen immerfort gemartert werden. Diese Plagen verlassen Sie auch im Schlafe nicht, wenn Sie nicht des Abends mäßig essen, und leicht verdauliche Speisen wählen; und wenn Sie den Magen mit vielem Biere oder anderm Getränke, überschwemmen. Befolgen sie diese so höchst nöthige Gesundheitsregeln nicht, so wird Ihr Magen, wenn Sie im Bette liegen, zu einer Werkstatt vieler

 schlim-

schlimmen Arbeiten, die in Ihrem Blute und in Ihren Nerven viele Gewalt ausüben, und Ihre Leibesfrucht selbst im höchsten Grade beunruhigen. Zur Vorbauung aller dieser daher entstandenen Ungemächlichkeiten, nun weiß ich Ihnen kein bessern Rath zu ertheilen, als nachstehenden:

Machen Sie sich besonders nach der Abendmahlzeit gelinde Leibesbewegungen, welche der Verdauung helfen, und den Körper zur bessern Ruhe disponiren.

Ehe ich mich aus Ihren Schlafzimmern entferne, muß ich noch ein paar Worte, von dem Liegen im Bette, mit Ihnen reden. Wollen Sie besonders währender Schwangerschaft ruhig schlafen und zugleich Ihrer Leibesfrucht Ruhe und freyen Aufenthalt befördern; so versichere ich Sie bey meiner Ehre, daß es gar nicht einerley ist, welche Lage Sie im Schlafen haben. Billig müssen Sie sich darinn nach der Lage Ihrer Leibesfrucht richten. Von derselben aber kann Ihnen eine verständige Hebamme oder ein geschickter Accoucheur die beßte Nachricht geben; und denn ist es Ihre Pflicht und Schuldigkeit, eine solche Lage Ihres Körpers zu wählen, welche der Lage Ihrer Leibesfrucht vortheilhaft ist, oder dieselbe verbessert. Hat Ihre Leibesfrucht eine ordentliche Lage, so ist es einerley, ob Sie auf der rechten

oder linken Seite liegen; und Sie können eine solche Lage auch nach Belieben verändern, wenn Sie nur das unruhige, ungestümme, und gewaltsame Hin- und Herwelzen unterlassen, wodurch Ihre Leibesfrucht entweder aus ihrer guten Lage gerücket, oder an den Gliedmaßen beschädiget wird. Liegt aber die Leibesfrucht mehr auf der rechte Seite, so müssen Sie auf der linken ruhen; oder, wenn die Leibesfrucht die linke Seite einnimmt, so legen Sie sich auf die rechte; damit in beyden Fällen Ihre Gebährmutter sich mehr nach der Mitten senke. Ist aber die Lage Ihrer Leibesfrucht hinten in den Lenden, so können Sie auf einer von den beyden Seiten liegen; jedoch nicht auf dem Rücken, oder mit vorwärts gebücktem Leibe.

Ich hoffe nunmehro Ihnen mit hinlänglichen Gründen erwiesen zu haben, warum eine Schwangere sich eines gesunden und ruhigen Schlafes erfreuen kann, wenn sie mit zufriedener und stiller Gemüthsruhe, mit wirklicher Müdigkeit, und ohne vollem Magen, zu Bette gehet, und wenn sie dabey eine bequeme Lage des Körpers wählet, und aus ihrem Schlafzimmer alles verbannet, was das Blut erhitzen, oder die Nerven reizen kann.

Siebente Abtheilung.

Von den Gemüthsbewegungen und von den Wirkungen der Einbildungskraft.

Hätten nicht schon die gelehrtesten und berühmsten Männer von so vielen Jahrhunderten her über die Leidenschaften philosophiret, moralisiret, und raisoniret, so würde diese Abtheilung die weitläuftigste geworden seyn. Wo lassen sich die Affekten wohl besser schildern, als in dem Angesichte einer schönen Frau? Wer anders als ein Frauenzimmer, kann in dem reizendesten Bilde damit prangen? Wo aber haben sie leyder auch mehrere Verwüstungen angerichtet, als in einem weiblichen Körper? Ich verstehe dieses eben so gut von denn unangenehmen als angenehmen Leidenschaften. Wählen nicht sogar die Mahler, wenn sie die Liebe und den Zorn recht lebhaft und einnehmend abbilden wollen, die Gestalt eines Frauenzimmers dazu? Bey dieser Gelegenheit kann ich nicht ermangeln Ihnen einen Satz bekannt zu machen, welchen der Herr geheime Legationsrath von Jung in seinen Gedanken über die Wahl einer Frau anführt; er heißt also:

Ist in einem schönen Leib allemal eine schöne Seele?

Schätzbarste Leserinnen! Sie erlauben, daß ich ein wenig über denselben ausschweifen darf. Herr von Jung behauptet mit Recht, ein vernünftiger Mann sollte bey der Wahl einer Frau mit mehr Behutsamkeit zu Werke gehen, als ein freies Volk bey der Wahl eines Königs, und giebt den Grund an, daß man sich von einem Könige entfernen könne, hingegen aber sey die Frau ein †, an welches man wie ein Missethäter stäts angebunden sey. Böß, alt, häßlich, dumm, sind in seinen Augen verabscheuungswürdige Dinge, und sie werden es bey allen andern Mannspersonen auch seyn. Dacht selbst auch oft schon lange nach, wie so manche häßliche Larve, für welcher der ganzen Natur schaudert, dennoch mit dem Namen, mit dem glänzenden Namen des schönen Geschlechts beehret werden könnte, da in einer solchen abscheulichen Larve, mehr ein Gespenst der Natur, als eine Schönheit sich entdecken läßt. Ich für meine Person behaupte, daß der so glänzende Namen des schönen Geschlechts einzig und allein nur denjenigen schönen Frauen mit Recht zugeeignet werden könne, die an Leib und an der Seele so beschaffen sind, wie sie der berühmte Dichter Bürger in nachstehendem kleinen Minnelied besingt:

O wie schön ist, die ich minne,
O wie schön, an Seel' und Leib!
Oefters ahndet meinem Sinne,
Mira sey kein sterblich Weib.
Schier verklärt, wie Himmelsbräute,
Ist sie aller Flecken baar.
Heiliger und schöner war
Nur die Hochgebenedeyte,
Die den Heiland uns gebahr.

Damit ich mich aber nicht verliere, so will ich auf den Grundsatz des Herrn von Jung wieder zurück kehren. Dieser würdige Mann sagt ferner unter andern seinen Warnungen:

Willst du glücklich seyn, so heurathe nie eine häßliche Frau. Ein schöner Leib verspricht allemal eine schöne Seele.

Glücklich sind alle Ehemänner, sie seyen nun in Europa, Asia, Afrika, oder Amerika, welche mit einem schönen schlanken Leib, zugleich auch eine schöne Seele bekommen. Schönheit erregt freylich mehr Empfindungen in einer Seele, als Häßlichkeit. Allein welche Schönheit besitzt auch zugleich alle übrige Tugenden, die ein Frauenzimmer würdig bilden? Wie mancher, junger, feuriger und zu sehr verliebter Mann wünscht sich ein schönes Mädchen zu seiner Gattinn, mit der er die Tage seines Lebens vergnügt durchleben will? Diesen Vorsatz

hat er beym ersten Anblick, wo er durch die Schönheit gefesselt wird, und er glaubt, nun alle Vollkommenheiten in der Schönheit dieses Körpers vereinigt zu sehen, und der erste Gedanke ist, dieses holdselige Bild zu besitzen. So ergieng es dem jungen Bendorf, einem Jüngling von zwanzig Jahren, einem Jüngling voll Feuer und Leben. Amalia hieß die Person, die er das erstemal zu Gesicht bekam, und welche voll Schönheit, voll Anmuth war. Der seit einigen Monaten bey ihm emporgestiegene Gedanke, sich mit einer Schönen durch sein Leben glücklich und vergnügt zu machen, wurde beym ersten Besuch, beym ersten reizenden Anblick mehr denn Gedanke, es wurde seine ganze Empfindung gegen die Amalia rege gemacht, und er konnte nicht länger schweigen, sondern sagte augenblicklich zu ihr, sie sollte seine Helfte seyn, er sagte es ihr kaum, und gleich war ihre Hand in der seinigen. Ihre Schönheit, die sie schon vielen andern Preiß gegeben und aufgeopferet hatte, ward mit 4000. Thalern vergesellschaftet, und der junge Bendorf glaubte sein Glück durch seine Lebensjahre hindurch gegründet zu haben, und zählte schon die Dauer desselben auf Kind's und Kindeskinder. Diese hoffnungsvolle Verbindung geschah ohne Prüfung, und die Schönheit war schon zum Glück hinreichend. Bendorf eilt seine Amalia ganz zu besitzen, er eilt zum Traualtar und verspricht ihr die Helfte seines Lebens, denn schon als Bräutigam fühlte er die Last der Schönheit sei-

ner Amalia, indem sie andern jezt noch weit mehr gefiel, weil sie Braut wird, und jeder glaubte sein Glück bey ihr zu machen. Doch sie lebten wie die Kinder, nur die theureste Gattinn wußte die Kunst in Abwesenheit ihres Geliebten, ihre Schönheit auch andere reichlich genießen zu lassen, und dieß trieb sie viele Jahre fort, so daß die Stirn des Bendorf's lauter Aeste zu gebähren schien. Amalia durch die Nachsicht, Liebe und vielleicht auch Dummheit ihres guten Mannes erhärtet und sicher gemacht, ließ sich beynebens auch in einen lehrreichen und sehr erbaulichen Briefwechsel ein. Zum Unglück wurde einst die Addresse verwechselt, und Bendorf bekam unter seiner Addresse einen Brief, dessen Inhalt nicht ihn, sondern seinen Nebenbuhler angieng, er aber fühlte die unangenehmsten und beleidigendsten Ausdrücke. Er kam nach Haus, hielt es seiner Gattinn vor, aber sie wußte kunstreiche Wendungen genug zu machen, daß Bendorf gerne schwieg. So lebten sie fort, und Amalia trieb ihr Handwerk so gut sie konnte, bis endlich ein junger Avanturieur erschien, ihr von Ansehen und Hoheit was vorschwatzte, sie entführte, und dann im Elend verließ, daß sie auch ihren Bendorf, der sich unter der Zeit hat scheiden lassen, verlor.

Schätzbareste Leserinnen! nun sagen Sie mir, ob in diesem schönen Leib auch eine schöne Seele war? Herr von Jung hat vielleicht noch keine Beyspiele erlebt, und er würde hier ganz falsch

falsch geschlossen haben, wenn er nicht gleich darauf hinzugesetzt hätte:

Woferne die letztere nicht (nämlich die Schönheit der Seele) durch die Erziehung ist vernachläßiget worden.

So wenig ich also den Schluß von der Schönheit des Leibes auf die Schönheit der Seele machen kann, eben so wenig läßt sich dieser Schluß von der Häßlichkeit auf die Bosheit oder boshafte Seele machen. In einem häßlichen Körper sind nicht selten Tugenden vereinigt, die mehr Glück, mehr Vergnügen, mehr Unterhaltung erwecken, als die ausgesuchteste Schönheit. Ein Mann, der in dem Fall ist eine Frau zu wählen, wähle sich eine tugendhafte. Hat er das Glück, Schönheit, Reichthum (dieses möchte bey Philosophen ein Nebending sein, auf daß sie eben so viel Aufmerksamkeit nicht verwendeten) und Tugend zusammen zu bekommen, so ist es gut, hat er dieses nicht, jedoch aber, daß seine Wahl auf eine tugendhafte Seele gefallen; so wird er eben so vergnügt leben; als wenn er neben der Schönheit sitzt. Hiezu gehört aber eine genaue Menschenkenntniß, und eine große Prüfung. Gehen diese erfoderlichen Stücke nicht voran, so ist die augenscheinliche Gefahr vorhanden, auf sein Leben Mißvergnügen auszugießen. Ueber diesen Gegenstand könnte ich mich noch mehr ausdeh-

nen, allein ich kehre wiederum zu meiner Materie zurück.

Daß die Affekten Sie meisten Verwüstungen in Ihrem Körper anrichten, habe ich allbereits Ihnen schon oben gesagt. Sie haben also auch in diesem Stück wiederum den Vorzug. Denselben würden Ihnen viele aus Galanterie gern lassen. Nur ich möchte Ihnen solchen mit Freuden rauben, wenn es in meiner Macht stünde. Alle Menschen haben gewisse Neigungen, die nicht eben den Namen einer Leidenschaft verdienen. Es giebt unter meinem Geschlechte einige, welche von nichts gerühret, und von nichts in Affekt gebracht werden. Sie leben, so zu sagen, wie gefühllose Geschöpfe, ohne Leidenschaften. Sind auch diese Exempel gleich selten, so trift man sie doch unter Ihnen niemals an. Sie thun ihrer Zärtlichkeit und Ihrem lebhaften Gefühle nimmermehr die Schande an, bey der geringsten Lockung ungerührt und unbewegt zu bleiben. Sie sind daher zu allen Leidenschaften geschwinder und leichter aufgelegt, und der Ruhm, den Sie dadurch erlanget haben ist bereits so alt, so befestiget, und so verewiget, daß ich denselben durch das Verzeichniß der Ihnen angebohrnen Gemüthsbewegungen um keinen Grad vermehren könnte. Möchte ich dagegen nur das volle und lange Register der Krankheiten, der leiblichen Zerstörungen, und des Elendes auslöschen können, welche die Gewalt der Affekten leider unter Ihnen ausbreiten.

So

So wie ein Schiffer bey einer Windstille unmöglich eine Reise zur See thun kann, so könnten auch wir schlechterdings nicht im gemeinen Leben und durch die Welt fortkommen, wenn wir gar keine Empfindlichkeit der Seele und des Körpers hätten. Wir würden uns der Gesundheit des Körpers nicht lange zu erfreuen haben. Allein wie die Ungewitter und Stürme ein Schiff zerschmettern und beschädigen, so zerstören auch die heftigen Leidenschaften unsere Körper. Nichts ist bekannter als daß die Leidenschaften viel Böses und viel Gutes stiften, und daß man sie nicht gänzlich unterdrücken und verbannen kann. Da ich aber nicht gern von bekannten Sachen rede, so würde ich sehr zu tadeln seyn, wenn ich Ihnen zur Unterdrückung der Leidenschaften Regeln ertheilen, und von dem Nutzen der Affekten eine weitläuftige Erzählung machen wollte. Meine Arbeit würde auch gänzlich vergebens seyn. Denn nur allein in der Jugend lässet sich die Seele zum vernünftigen und mäßigen Gebrauche der Leidenschaften geschickt machen. In höhern Jahren leget die einmal erlangte Fertigkeit und Gewohnheit die unbezwinglichsten Hindernisse in den Weg; und darum behalten auch die Affekten bey Ihnen ihre uneingeschränkte Herrschaft. Genug, die Mäßigung der Leidenschaften, ist einem Menschen, der auf seiner Hut stehet, und seine Vernunft brauchet, sehr möglich. So urtheile ich nach der gelindesten Art; und ich nehme nicht den allermindesten Antheil an der in der bösen Welt herum-

herumgehenden Meynung, daß es Ihnen von Jugend auf an dem Willen gemangelt habe, die ersten Versuche zur Bezwingung dieser starken Feinde zu machen.

Es ist eine unumstößliche Wahrheit, daß die Leidenschaften desto stärkere Wirkungen auf den Körper haben; je heftiger sie sind, und je länger sie anhalten. Nun ist es eine bekannte Sache, daß Sie sich leicht etwas aus dem Sinne schlagen können, und daß Ihre Leidenschaften bald vorübergehen. Man sollte daher vermuthen, daß Sie auch wenigern Schaden davon spüren müssen. Aber die Erfahrung probiret das nicht, sondern selbige lehret vielmehr, daß Sie durch die öftere Rückkehr Ihres Affekts das ersetzen, was Ihnen an der Dauer abgehet. Jedoch, was hilft die weitläuftige Untersuchung ob unser Geschlecht über das Ihrige in den menschlichen Schwachheiten die Oberhand habe. Es wäre äußerst lächerlich, hierinn etwas gewisses zu bestimmen, da die Temperamente, die Erziehung, der Umgang, und die Beurtheilungskraft, gar zu große Einflüsse in unsere Gemüthsbewegungen haben. Es giebt Männer, die sich in ihren Affekten wie Kinder aufführen. Es giebt Einige unter Ihnen, die über ihre Begierden heldenmäßig siegen. Ich will daher, ohne hier auf die größere Empfindlichkeit und Weichlichkeit Ihres Körpers zu sehen, herzlich gern annehmen, daß unser Geschlecht so wie das Ihrige eine gleich

große

große Gewalt von den brausenden Lüsten und heftigen Affekten erleiden müssen. Aber Ihr Geschlecht ist doch nicht allemal mit dem unserigen in gleichen Umständen. Und da werden Sie doch zugeben, daß Ihnen in gewissen natürlichen Fällen die Leidenschaften tödende Schwerdter werden. Nicht wahr! Sie geben es ohne die mindeste Widerrede zu? Sie können die gefahrvollen Zufälle, in welchen Sie während des Monatlichen ein Schrecken, oder eine Aergerniß versetzen kann. Sie kennen die gewaltigen Zerrüttungen, welche die Wuth der Leidenschaften in Schwangern und Kindbetterinnen anrichten. Sie sind oft selbst lebendige Chroniken trauriger Begebenheiten, die sich mit Ihnen, oder mit Ihren bekannten Freundinnen, zugetragen haben. Sie beweinen vielleicht noch bis auf diese Stunde manche auf diese Art getöddtete Leibesfrucht. Sie sind mit manchen Schwachheiten und Schmerzen beladen, die noch die verhaßten Ueberreste der Verwüstungen sind, welche die Stürme der Seele, in Ihrem Körper ausgeübet haben. Sie bekräftigen durch unzählige Ihnen bekannte Beyspiele, daß die Muttermähler Wirkungen eines von Leidenschaften hingerissenen Körpers einer Schwangern sind. Sie halten die Fabeln von den Mißgeburten, die eine erhizte und lebhaft erregte Einbildungskraft formiret, für wahre Geschichten. Alles dieses, und noch viel mehreres erzählen Sie mit vielem Glauben und starker Zuversicht. Und nichtsdestoweniger bewei-

weisen Sie doch in vorkommenden Fällen so wenige Behutsamkeit und so große Gleichgültigkeit.

Ob ich mir nun gleich schon im Geiste vorstelle, daß diese Abtheilung ohne den mindesten Nutzen möchte hingeschrieben werden, so will ich wenigstens doch von meiner Seite meine Pflicht erfüllen, und den Schaden, welchen die übermäßigen Leidenschaften in Ihrem Körper besonders währender Schwangerschaft wirken, noch sichtbarer machen. Alle Gemüthsbewegungen verändern die Beschaffenheit Ihres Körpers. Sie äußern ihre Gewalt in Ihre Nerven und in Ihr Blut in verschiedenen Graden. Einige derselben haben vorzüglich große Einflüsse in Ihren Körper. Dahin gehören sonderlich der Schrecken, die Traurigkeit, der Zorn, und die gar zu große Freude Diese wüthen in Ihrem und Ihres Kindes Körper auf eine schreckliche Art, theils, weil das Kind die Nerven und das Blut mit Ihnen gemein hat, und theils, weil die Seele Ihres Kindes, durch Kommunication der Nervengeister, vieles von Ihren Ideen annimmt und anerbet.

Der Schrecken so wie der Zorn kann Ihre Leibesfrucht tödten, und Ihnen eine unzeitige Niederkunft verursachen. Der erste Affekt hat diese schlimme Folgen vornämlich in den ersten Monaten Ihrer Schwangerschaft: letzterer aber tyrannisiret auf Ihre Leibesfrucht zu al-

len Zeiten, und färbet dessen Körper mit dem Blute, das strohmweise aus Ihrer Gebährmutter schießet. Der Schrecken verursachet eine gewaltige den Konvulsionen ähnliche Erschütterung unserer Maschine, so, daß man an allen Gliedern lange Zeit zittert; ehe man wieder zu sich kömmt. Man weiß auch, daß diejenigen, welche einem großen Schrecken oft unterworfen gewesen, zeitlebens Zittern der Glieder, und eine außerordentliche Schwäche der Nerven, behalten haben. Und wie oft sind nicht die elendesten krampfigen Krankheiten, und faule Nervervenfieber durch einen einzigen Schrecken erreget worden? Folgende Geschichte, welche sich erst im verflossenen Jahre in Westphalen zugetragen, kann Ihnen zum Beyspiel dienen:

„Eine Kaufmannsfrau in Bielefeld, von „einem schwachen Nervensystem, so, daß sie „leicht wofür erschrecken konnte, hatte davon ge„hört, daß der 27. Februar des verfloßenen Jah„res ein so furchtbarer Tag vermöge Ziehens „Weißagung seyn sollte. Sie besucht gerade „an dem Tage ihre Tochter, die an einen dorti„gen mit Linnen handelnden Kaufmann ver„heurathet ist. Nun trägt es sich zu, daß die „Stube etwas heiß ist, und der Ofen sehr dun„stet, welches ihr Nervensistem schon verstimmt. „Es kömmt der Linnenwagen, um das Linnen „nach der Bleiche abzuholen, und wird in ei„nem großen Korbe unter die Diele nach der

„Hausthüre zu fortgerollt, sie sitzt aber so, daß „sie solches aus der Stube nicht merken kann. „Das Gerassel des rollenden Korbes erregt in „ihr die Vorstellung des Erdbebens, daß an „dem Tage kommen sollte, und sie erschrickt „aufs heftigste, weil sie solches schon gegenwär„tig glaubt. Zu ihrem Unglück wird eben die „Trommel gerührt, weil eine hohe Militärper„son durch die Stadt passirt, nun glaubt sie „schon Feuer vom Erdbeben ausgebrochen, und „ihr Schrecken wird noch heftiger, so daß auch „der Tochter äußerst bange wegen ihrer Mutter „wird. Da nun gerade der Arzt vorbeygeht, „läuft die Tochter ans Fenster, um diesen her„einzuführen, und ihrer Mutter zu Hilfe zu „kommen, und giebt ihm durch Anklopfen ans „Fenster einen Wink. Dieses macht das Schre„cken ihrer Mutter aber vollkommen, die von „dem Gedanken des Erdbebens ganz voll, glaubt, „daß Haus und Fenster schon schüttern, und „die größte Gefahr vorhanden sey. Alle diese „Zufälle bringen ihren ganzen Körper so in Zer„rüttung, daß sie von Stund an erkrankt, und „da ein faules Nervenfieber daraus entsteht, „nicht wieder gerettet werden kann.

Kann nun der Schrecken dergleichen betrübte Folgen bey Erwachsenen haben; so muß man sie noch leichter in den Kindern wahrnehmen können, die von einer Mutter gebohren werden, deren Schwangerschaft mit untermengten Auftritten des Entsetzens vollbracht worden.

Diese

Diese Kinder sind sehr schreckhaft, an Nerven sehr schwach, und haben schon oft die Epilepsie mit sich auf die Welt gebracht. Ja man hat wahrscheinlich aus den schmerzhaften gewaltigen Bewegungen des Kindes in Mutterleibe zuweilen schließen müssen, daß es schon damit in diesem finstern Kerker behaftet gewesen.

Die Traurigkeit kan ebenfalls nichts anders als traurige Folgen nach sich ziehen. Sie macht den Körper in kurzer Zeit zu einem Ebenbilde des blassen Todes. Sie erschlappet die Nerven, sie verzehret das Blut und die Säfte, sie entkräftet unsere ganze Maschine, und erfüllet die Seele mit ängstlichen und schauervollen Bildern. Wer kann die Traurigkeit schildern, ohne selbst in Traurigkeit zu verfallen? Wie kann ein Kind, dessen Mutter von dieser Leidenschaft überwältiget wird, frey davon bleiben? Entkräftet und vertrocknet muß es seiner Mutterleib verlassen, oder es findet in seinem finstern Behältnisse seinen Tod und sein Grab. Alles Grausenvolle, alles Schreckliche, was die Traurigkeit jemals in die zarte Maschine eines Kindes geleget hat, findet sich in der nachstehenden betrübten, aber sehr merkwürdigen Geschichte vereiniget, welche der berühmte Herr D. Unzer erzählet, und welche ich hier anführe, um Ihnen noch einmal einen Abriß von der zerstörerischen Gewalt der Leidenschaften zu geben.

„Eine Frau bekam im siebenden Monate „ihrer Schwangerschaft einen Brief von der er-

„bärmlichen Todesart ihres Mannes und älte„sten Sohnes zugleich. Auf diese Nachricht, „da sie sich alles künftige Unglück nun lebhaft „vorstellete, gerieth sie in die äußerste Leiden„schaft. Sie wurde aller ihrer Sinnen be„raubet, die Sprache wurde unterbrochen, die „Blicke, Gesichtszüge, und Bewegungen, ver„riethen den äußersten Schmerz, den sie fühlte, „als sie in eine tiefe Ohnmacht sank. Diese „Frau hat nicht allein Zeit ihres Lebens eine „starke Schwermuth gehabt, sondern das Kind, „das sie mit dem Beschlusse des neunten Mo„nates gebar, ist das vollkommenste Ebenbild „des Schreckens, woran es schon im Mutter„leibe Antheil genommen. Diese Tochter hat „zwar ihre gehörige Gliedmaßen, und ist vom „Leibe und Gliedern stark. Aber ihr Gesicht „ist ein Sammelplatz aller Kennzeichen eines „ungemäßigten Schreckens. Es hat die blasse „Farbe des Entsezens, die Lippen zeigen ein „mattes Roth, welches zuweilen ganz blaß „wird. Die Augenbraunen sind zusammenge„zogen, wie bey einem finstern verdrießlichen „Gesichte, und die Augen sehen wild unter ih„nen hervor. Sie ist Zeitlebens stumm gewe„sen, und man höret nur selten einen heisern „holen Laut von ihr, womit sie ihre Begier„den ausdrücket. Der Gebrauch des Verstan„des fehlet ihr gänzlich, und dies gehet soweit, „daß sie, ob sie gleich damals schon zwölf Jahr „alt war, sich noch nicht gewöhnen konnte, ihre „Speisen selbst zu sich zu nehmen, oder die

„Noth

„Nothwendigkeiten der Natur, ohne Beyhilfe
„anderer, zu verrichten. Aber außerdem wird
„sie allemal gegen den Neumond und Voll-
„mond ohne Ausnahme mit einer entsetzlichen
„Krankheit befallen. Alle Bewegungen, die
„ein Mensch vornimmt, der von einem unver-
„mutheten Donnerschlage in Todesschrecken ge-
„setzet wird, ist sie gezwungen, nachzuahmen.
„Sie erzittert auf einmal über den ganzen Leib;
„sie schläget alsdenn die Hände mit gen Him-
„mel gerichteten Augen zusammen, leget den
„Kopf zurück, und machet ein Angstgeschrey.
„Denn ringet sie die Hände, und inzwischen
„werden ihr die Füße mit Gewalt in die Höhe
„gezogen, und auf das heftigste wieder nieder-
„gestampfet. Nach einigen Minuten lässet sie
„die Arme dahin sinken, und stellet, erblaßt,
„und mit kaltem Schweiße bedeckt, einen
„Menschen vor, der in Ohnmacht sinket. Auf
„einmal fährt sie wieder in die Höhe, breitet die
„Hände aus und zucket die Schultern, als eine
„Person, die über ein Unglück trauret. Sie
„fängt an bitterlich zu weinen und zu winseln.
„In einem Augenblicke aber spielet sie die Rolle
„eines Erschrockenen wieder in einem kurzen
„Absatze, bis sie bald nachher nochmals eine
„Ohnmacht darstellet, wobey ihr öfters mit un-
„termischtem Schluchzen der Schaum vor den
„Mund tritt, und aller überflüßige Vorrath in
„ihrem Körper ungehindert seinen Ausgang fin-
„det. Dieser Zufall währet ordinair 24. Stun-
„den hintereinander, worauf sie in einen eben

„so langen Schlaf fällt, und nachher in so weit „wieder hergestellet ist.

Wer sich in seinem Leben einmal recht gefreuet hat, der wird leicht verspüret haben, daß sein Blut erhitzet, und sein ganzer Körper heiß geworden. Man hat aber Beyspiele, daß diese Wallung des Blutes bey einer übermäßigen Freude so groß gewesen, daß plötzlich ein tödtlicher Schlagfluß darauf erfolget ist. Nun ist mir zwar kein Beyspiel bekannt, daß eine Schwangere auf diese Art mit Freuden gestorben wäre. Aber, Beyspiele sind wohl vorhanden, daß davon ein starker Blutfluß verursachet worden. Und das ist schon schlimm genug, weil solcher die Mutter äußerst entkräften, und die Leibesfrucht frühzeitig forttreiben kann. Sie sehen also hieraus, daß das Uebermaaß der angenehmen Leidenschaften ebenfalls mit Bitterkeit verknüpfet ist. Hier hätte ich die beßte Gelegenheit von den Wirkungen einer zu feurigen ehelichen Umarmung zu reden, die auf die Leibesfrucht nicht allzu gut ausfallen, wenn Sie während der Schwangerschaft sich derselben zu sehr ergeben. Ich will mich aber aus gewissen Ursachen ganz kurz fassen. Die ehelichen Umarmungen können das monatliche Geblüt hervorlocken, und, wenn die Mutter eben nicht vollblütig ist, so kann sie dadurch dem Kinde das zur Ernährung nöthige Blut entziehen. Allein, wenn das auch nicht wäre, so entspringen doch andere Uebel daraus. Das Kind bekömmt ein

wollüstiges und geiles Temperament, und einen mit scharfen Säften erfüllten Körper, wenn seine Mutter währender Schwangerschaft oft das ausübt, was geschehen mußte, als er werden sollte. Der nämliche Schaden kann auch von der öftern heftigen Sehnsucht zur fleischlichen Vermischung entstehen. Was in diesen Verlegenheiten das Beßte seye, muß die Vernunft entscheiden. Kann diese nicht Herr über die Sinnlichkeit werden, so ist es zuträglicher, seine Begierden zu sättigen, als bey doch einmal erregten Veränderungen des Körpers das Uebel ärger zu machen. Denn, wenn ein Affekt einmal da ist, so ist es der Gesundheit weit zuträglicher, ihm den freyen Lauf zu lassen. Wenn man ihn aber plötzlich unterdrücket, so ist der Schaden allemal größer.

Da nun die starken und übermäßigen Leidenschaften so offenbare klägliche und grausame Folgen nach sich ziehen, so werden Sie vielleicht begierig seyn zu wissen, wie Sie selbige verhüten können? Die beßte Antwort die ich Ihnen hierüber ertheilen kann, ist ganz natürlicherweise diese:

Suchen Sie die Gewalt der Leidenschaften selbst zu fliehen, oder wenigstens zu mäßigen.

Aber hier erinnere ich mich leider meines obigen Ausspruches, daß man in höhern Jah-

ren zu diesem Zwecke sehr schlecht gelanget, wenn man nicht vorher standhaft und muthig daran gearbeitet hat.

Der Schrecken überraschet Sie freylich wider Ihren Willen, und dawider hilft keine Stärke der Vernunft, welche den andern Leidenschaften ein unumstößlicher Damm wird. Allein, währender Schwangerschaft können Sie doch sehr leicht die Gelegenheiten meiden, wo Sie vermuthlich dem Schrecken ausgesetzet werden. Besuchen Sie demnach nur keine Komödien, Redouten, und andere öffentliche Lustbarkeiten des Pöbels, wo sich allerley unvermuthete schreckhafte Vorfälle ereignen können. Und von Ihren Verwandten und Freunden hoffe ich, sie werden so vernünftig seyn, und Sie mit Nachrichten von einem plötzlichen Unglücke, von einem Todesfalle, von einer gefährlichen Krankheit, oder von andern unangenehmen Begebenheiten, sorgfältig verschonen.

Nun noch ein paar Worte von der Einbildungskraft. Man kann freylich nicht so viele Mährchen von Gespenstern erzählen, als man Histörchen von Muttermählern, Mißgeburten, und andere wunderlichen Gestalten, welche die Einbildungskraft in Mutterleibe bilden soll, ausstreuet. Man hat von allen Zeiten her die Bücher mit umständlichen Berichten von solchen Beyspielen angefüllet, und hat auch zuweilen den Teufel mit ins Spiel gezogen. Ich kann es Ihnen auch daher nicht verdenken,

daß

daß Sie gegen Ihre Einbildungskraft in beständiger Furcht leben. Wie vergnügt bin ich aber, daß ich Ihnen Trost und Muth zusprechen und Sie mit gutem Grunde versichern kann, daß viele, ja ich darf wohl behaupten, fast alle Begebenheiten sehr zufällig sind, die man auf Rechnung der Einbildungskraft setzet. Es werden genug lahme, krüppelhafte, und gebrechliche Kinder gebohren, ohne daß sich solche Mütter während der Schwangerschaft nur ein einzigesmal an etwas versehen haben. Hingegen bringen viele Schwangere, welche oft genug von einer lebhaften Einbildungskraft verfolget worden, und die deswegen um ihr angebohrnes Kind nicht wenig in Aengsten gewesen, recht gesunde und wohlgestaltete Kinder zur Welt. Wenn die Einbildungskraft ein Ding ist, das sich einer gesetzten Vernunft nicht so leicht unterwirft; so muß sie auch in den meisten ihr günstigen Fällen gleiche Geschäfftigkeit zeigen. Nun sind mir selbst viele Beyspiele bekannt, das Schwangere, wenn sie vorher erinneret worden, daß sie dieses oder jenes Schreckliche werden zu sehen bekommen, solches, mit gelassenem Gemüthe betrachtet haben, ohne für sich oder ihre Kinder einigen Schaden davon zu tragen. Warum hinterlässet hier die Einbildungskraft keine Spuren in dem Kinde, wenn gleich die Mutter sehr oft und recht lebhaft die Vorstellungen von dem gesehenen Gegenstande erneuert? Darum — weil sie dabey in keine starke Leidenschaft gerathen war.

Aus diesen Gründen behaupte ich auch mit dem größten Rechte, daß in denen Fällen, wo die gebornen Kinder einige Merkmaale und Zeichen auf die Welt bringen, mehrentheils die Einbildungskraft gar Nichts, ein starker Affekt aber das Meiste, gethan habe. Die entsetzlichen Wirkungen der Leidenschaften habe ich Ihnen oben schon zur Genüge beschrieben. Nun ist es auch leicht begreiflich, daß starke Veränderungen in der Gebährmutter vorgehen, und daß die Nerven und Säfte der Leibesfrucht verschiedentlich verändert werden müssen, wenn Sie währender Schwangerschaft einen Gegenstand erblicken, der einen oder den andern Affekt in desto höherm Grade rege machet, je unvermutheter Ihnen dieser Gegenstand zu Gesichte kömmt. Werden Sie unversehends von einem starken Mitleiden gerühret; gerathen Sie plötzlich in Traurigkeit über einen erblickten Elenden; und nehmen diese Leidenschaften Ihre Seele mit erneuertem Andenken der Ursache derselben oft und wiederholt ein; so machen auch die Zeichen davon auf das Kind einen Eindruck. Erschrecken Sie währender Schwangerschaft heftig; äußern Sie eine starke Begierde nach Etwas; lassen Sie einem gehabten Zorn freyen Lauf; so ereignen sich Krämpfe, die auch Ihre Gebährmutter betreffen, und selbige mehr oder weniger zusammenschnüren. Ist nun ein solcher Krampf vorzüglich in einem besondern Orte der Gebährmutter; so wird die Haut Ihrer Leibesfrucht daselbst gedruckt,

druckt, und in den zarten Gefäßen zum Stocken gebracht. Daher kann nun freylich ein Fleck, ein Mahl, ein erhabener oder runder Körper, entstehen. Diese Flecken oder Körper können zufälligerweise eine Aehnlichkeit mit einigen Sachen aus dem Thierreiche oder Pflanzenreiche haben; und da Ihnen in einer Zeit von neun Monaten vielerley Gegenstände vorkommen, so wird sich ja wohl einer oder der andere darunter finden, der glücklicherweise eine Beziehung darauf hat. Ich hoffe also diese Gründe werden Ihnen die fürchterlichen Wirkungen der Einbildungskraft äußerst zweifelhaft machen. Schriebe ich für Philosophen, so würde ich freylich gelehrtere Gründe anbringen. So viel kann ich Sie aber zum Beschluß dieser Abtheilung versichern, daß eine unordentliche Lebensart, oder Gewaltthätigkeiten, die dem Körper einer Schwangeren angethan worden, weit öfter an der übeln Bildung der Theile des Kindes schuld sind; wenn nicht schon in dem ersten Urstoffe die Anlage dazu vorhanden gewesen: und dieses letztere kömmt mir bey Mißgeburten und andern ungestalteten Bildungen sehr wahrscheinlich vor.

Achte Abtheilung.

Von ein und andern der Gesundheit höchst nachtheiligen Gewohnheiten.

Nicht allein die Kleidung, Nahrung, Bewegung des Körpers, und Gemüthsbewegungen sind es, durch deren übeln Gebrauch und Anwendung Sie sich verschiedene kränkliche Zufälle zuziehen können; nein, die übeln Gewohnheiten, welche Sie ohne Rücksicht auf ihre Folgen blind annehmen, und dabey den guten Rath wohlmeinender Freunde verlachen, sind auch sehr oft eine Grundlage zu verschiedenen Krankheiten, welchen um so schwerer abzuhelfen ist, als Sie theils diese Gewohnheiten nicht lassen können, theils Ihr Körper schon so geschwächet oder verdorben ist, daß auch oft die beßten Heilungsmittel lange Zeit vergebens angewendet werden. Die gefährlichste Schlinge dieser Gewohnheiten, wodurch Sie desto gewisser gefangen, und mit den übeln Folgen gequälet werden, ist, daß Sie solche Gewohnheiten als etwas gefälliges in der Jugend annehmen, wo Sie erstens noch nicht so viele Einsichten haben, das Schädliche davon zu erkennen, zweytens Ihre Natur um diese

Zeit noch so feurig und stark ist, daß diese nicht so viel davon leidet, und Sie deswegen auch den guten Rath nicht annehmen wollen, den der Arzt giebt um den Folgen vorzubeugen. Da nun derer so viele sind, so will ich Ihnen die mir vorgekommenen und bekannten anzeigen, und sie deutlich auseinander setzen, damit Sie das Schädliche davon einsehen, und sich in Zukunft vor den übeln Folgen hüten können.

I.

Von der Schädlichkeit des Schminkens.

Da die Schönheit meistentheils der einzige Grund ist, wodurch beyde Geschlechter gegenseitige Neigungen auf sich ziehen: so hat sie auch allzeit die Aufmerksamkeit des verfeinerten Theils der Menschen, zu ihrer Erhaltung und Vermehrung angeflammt. Daher geschahe es, daß Ihre entschlafenen Mitschwestern, ob sie gleich in ihrer zarten Jugend immer genug Reize besaßen, welche Ihnen in Zukunft viel Verehrung, viel Liebe versprachen, noch auf eine erkünstelte Röthe des Gesichts bedacht waren, und diese höchst schädliche Mode auch auf ihre jeztlebenden Mitschwestern fortgepflanzt haben. Auch sehr viele unter Ihnen, aber nicht zur Ehre, sondern zur Schande sey es gesagt, sind mit der gütigen Natur nicht zufrieden, sondern erhöhen ihre Gesichtsfarbe durch eine Schminke, ob sie solche schon im geringsten nicht nöthig haben,

haben, da die Natur ohnehin schon so viel natürliche Schönheit auf ihre Wangen verbreitet hatte. Die von dem sitzenden und müßigen Leben, auch durch so viele üble Gewohnheiten erschlaften festen Theile des Körpers können freylich unmöglich ein gutes gefärbtes Geblüt ausarbeiten, und daher findet man auch so wenig Personen beyderley Geschlechts in den großen Städten, welche eine gesunde natürliche Farbe haben. Deßwegen ist auch der größte Theil beschäfftiget, sich täglich mit Farben zu bemahlen, um diejenigen Vorzüge zu erhalten, wodurch man gefallen und erobern will. Wie sehr sich aber diese durch ihr gezwungenes Betragen irren, zeigt die lächelnde Verhönung aller Anwesenden, wenn eine mit so unnatürlichen das Auge beleidigenden Farben geschminkte Person eintritt. Solche gemalte Personen lachen auch oft noch so sehr dreist, über die Anmerkungen der amerikanischen Reisebeschreiber, wo es heißt, daß diese Einwohner ihr Gesicht mit verschiedenen Farben bemahlen, und ein sehr wunderliches Ansehen haben. Verdient denn dieses unter Wilden mehr bewundert und ausgelacht zu werden, als unsere gemahlte Europäer und Europäerinnen unter gesitteten Menschen? **Schätzbarste Leserinnen!** Sind Sie nicht merklich von der Natur an **Ihrer** Schönheit des Gesichts verabsäumet worden, oder haben Sie diejenigen Mittel nicht vernachläßiget, welche **Ihnen** Gesundheit geben, woraus Schönheit und Reize ihren Ursprung nehmen: so

so besitzen Sie, auch jetzt in unsern befleckten Zeiten, Schönheit genug, daß Sie, ohne Schminke, vermögend sind, zu fesseln.

Die Kunst ist zwar im Stande, Verschönerungsmittel zu verfertigen, welche unter dem Namen Schminken bekannt sind. Sie sind auf einige Zeit so ziemlich vermögend, dem blassen, fleckigten Gesicht, Röthe und annehmliche Scheinblühte zu geben; allein nach angestellten Untersuchungen und gegründeten Erfahrungen, sind sie keineswegs fähig, die Absicht, wozu sie bestimmt sind, mit Sicherheit und Nutzen zu erreichen. Die Schminken sind meistens Mittel, welche durch ihre zusammenziehende, oder schmirigte Eigenschaft, die Ausdünstung der Haut hindern. Können Sie dadurch, nicht eben so leicht zum Schlachtopfer der fälschlich anlockenden Schönheit werden, als die schöne Klarisse, die Ihnen aus der Geschichte nicht unbekannt sein kann? — Und wenn auch diese verrätherische Kunst Sie nicht augenblicklich straft, können Sie die Beruhigung haben, welche Ihnen eine natürliche Blühte verschaft? — Auf einige Zeit können Sie zwär Ihre Bewunderer täuschen, allein der entdeckte Betrug bringt Ihnen sodann mehr Schaden und Verachtung zuwege, als Ihnen jener Betrug Vortheil gewährte. — Suchen Sie vielmehr die Ursachen aus dem Weg zu räumen, welche Ihnen die bleiche und fleckigte Haut bewirkte; suchen Sie sich

in den Genuß Ihrer vorigen Gesundheit, Ihres vorigen ruhigen Gemüthes zurück zu setzen, denn dieses ist allein im Stande, Ihren Lippen Schönheit, Ihren Wangen Blühte und Ihren matten Augen, Glanz zu geben. Sehen Sie auf jene Bauersfrau, welche von keinen Leidenschaften, heftigen Trieben, schädlichen Moden, nachtheiligen Schwelgereyen und erzärteltem Betragen etwas weiß, niemals hat eine Schminke ihr Gesicht berührt, und es übertrift ihr lebhaftes natürliches Rosenroth weit Ihre, mit der kostbarsten aufgeschmierten Schminke, erkünstelte Farbe. Nun nehmen Sie aber auch ein grauendes Beyspiel an einer Schminkschwester. Hat sie nicht von der Schminke einen dürren, kränklichen Körper, hängende, fahle Wangen, eingefallene Backen, und blaue Gränze um die weisen tiefliegenden Augen herum; zur Belohnung erhalten? — Reuling hat vollkommen Recht, wenn er dergleichen Schminkschwestern sogar mit Raupen vergleicht, und hierüber also singt:

Du Raupe, o du garstig's Thier!
Die du beschädigst, wo du wohnest,
Der schönsten Blühten nicht verschonest,
Kaum nenn' ich dich, so grauet mir.
So ließ sich eine Schöne hören.
Die Raupe war nicht weit davon
Und sprach: mit ganz gelaß'nem Ton.

O meine Häßlichkeit pflegt ewig nicht zu währen!
Sie wird sich bald in Schmetterling verkehren;
Dann werd' ich, durch der Farben Pracht,
Die meine Flügel schmückt, der Iris gleich gemacht;
Dann bin ich schön und kann gefallen.
Euch Schönen gleicht dieß Bild für allen!
Gar manche — wie die Rede geht —
Ist einer Raupe zu vergleichen,
Wenn sie des Morgens früh von ihrem Bett aufsteht;
Doch bey dem Nachttisch muß das Bild der Raupe weichen.
Weil die Verwandelung Euch so wie sie erhöht,
Und manche öfters da wie eine Venus steht.
Kurz — eine Raupe beym Erwachen,
Kann vor dem Nachttisch sich zum Schmetterlinge machen.

Betrachtet man nun außer den oben beschriebenen Folgen, annoch die übrigen bösen Folgen, als: eine verdorbene zerfressene Haut; triefende Augen; angefressene, schwarze Zähne; und den stinkenden Athem, so werden Sie auch leicht einsehen, warum solche eitle Schminkgeschöpfe vor der Zeit in den beßten Jahren gezwungen sind, das demüthigende Bekenntniß einer entblümten und verwelkten Schönheit abzulegen; dann siehet man mit beklemtem Herzen jene verzweiflungsvolle Tage anrücken, welche die Erinnerung verflossener Zeiten vergället, wor-

aus oft die wunderbare Reizbarkeit der Nerven, die Schwermuth, und die Tollsucht Ihrer Mitschwestern entstehen; Krankheiten, welche mit so vielem Jammer und Elend verknüpfet sind, daß auch des größten Tyrannen Herz zum Mitleiden bewogen werden muß.

Sollten nun diese schrecklichen Trauerspiele nicht im Stande seyn Sie zu einer reifern Ueberlegung zu bringen, und Ihnen einen unauslöschlichen Haß gegen solche höchst verderbliche Neuerungen beybringen, gegen Neuerungen, welche Sie der unausbleiblichen Gefahr aussetzen, in Krankheiten zu verfallen, welche die Menschheit so sehr erniedrigen?

Sollte übrigens gegenwärtige Anmerkung von der Schädlichkeit des Schminkens, oder andere noch vorkommende gründliche Wahrheiten, Einigen von meinen schätzbarsten Leserinnen, die Sich, wider mein Verschulden, allenfalls getroffen finden, mißfallen, so ersuche ich Sie weiter um nichts, als nur die Gewogenheit vor mich zu haben, und Sich nachstehender Zeilen gütigst zu erinnern. Vielleicht werden Sie, nach Durchlesung derselben, mir wiederum gut.

Der Freund, der Euch den Spiegel zeiget,
Den kleinsten Fehler nicht verschweiget,
Euch freundlich warn't, Euch ernstlich schilt,
Wenn Ihr nicht Eure Pflicht erfüllt:
Das ist ein Freund,
So wenig er es scheint.

Doch

Doch der, der Euch ståts schmeichelnd preiset,
Euch alles lobt, nie was verweiset,
Zu Fehlern Euch die Hånde beut,
Und Euch vergiebt, eh' Ihr bereut;
Das ist ein Feind,
So freundlich er auch scheint.

II.

Von Vernachlåßigung der gehörigen Reinlichkeit.

Sie mögen eine Anpreisung und Empfehlung der Reinlichkeit immerhin für überflüßig, oder gar für sonderbar halten, in meinen und anderer Aerzten Augen hingegen, bleibt sie doch allezeit åußerst wichtig, und also nie überflüßig. Und da die Erfahrung lehret, daß Leute, welche mit nassen, scharfen und unreinen Dingen zu thun haben, vorzüglich zur Wollust geneigt sind, so muß auch diese Beobachtung die Reinlichkeit nicht wenig empfehlen, und Moses hatte dann gewiß Recht, so viele Wåschereyen und Reinigungen zu verordnen.

Ueberhaupt aber nehmen sehr viele Krankheiten ihren Ursprung einzig und allein aus der Vernachlåßigung der gehörigen Reinlichkeit; welches Sie zur Genüge an denjenigen Manns- und Weibspersonen abnehmen können, welche ihre Hemden und Kleidungen, ohne sie zu wech-

 seln,

seln, zu lange tragen, ja sich Tage und ganze Wochen, hindurch vermöge ihrer Handthierung mit unreinen Sachen beschäfftigen, ohne sich zu waschen. Dieß alles unterbricht die so höchst nöthige unmerkliche Ausdünstung ihres Körpers und die aus dem Körper ausgestossenen und in ihre Kleidungen eingedrungenen fauligten Ausdünstungen treten wieder in Körper zurück, daher auch allerdings sehr viele Uebel entstehen müssen; und ob sich gleich öfters der daraus entspringende Schade nicht augenblicklich zeigt, so können mit Schweiß angefüllte Kleidungsstücke doch nach und nach eine eben so gefährliche Wirkung äußern, als ein wirklich vergiftetes Hemde.

Sie, schätzbarste Leserinnen! finden daher in der Ihnen fast angebohrnen Reinlichkeit das beßte Mittel dergleichen Uebeln vorzubauen, indem Ihnen ja ohnehin Ihre Gesundheit eben so sehr am Herzen liegen muß, als Ihre Schönheit. Ein nach jedem Schweiß abgelegtes Hemd, und eine öftere Abwechselung der Kleidungsstücke, macht aber die nöthige Reinlichkeit noch lange nicht aus. Gesicht, Hals und Hände, welche vorzüglich die Zärte und Feinheit Ihres ganzen Körpers entdecken, sind am meisten dem Staube und den Anfällen der Luft ausgesetzt. Sie werden also von selbst einsehen, daß diese Theile vorzüglich durchs Waschen gereinigt werden müssen. Ueberhaupt glaube ich aber, daß das Baden, oder

Waschen des ganzen Körpers, als ein allgemein und vorzügliches Reinigungsmittel, zu wenig von Ihnen gebraucht wird. Das Wasser, und zwar das kalte Wasser, ist das beßte Mittel, worinnen Sie sich baden sollen.

Alles häutige Wesen dehnt sich im warmen Wasser leicht aus, und wird dünner, da es sich hingegen im kalten Wasser zusammenzieht, und fester wird; die Ursache ist zweyfach, nämlich von Seite des Wassers, und von Seite der Eigenschaft der Haut: jene, weil das warme Wasser flüßiger ist, und leichter durch die feinen Oeffnungen der Haut dringen kann, als das kalte: diese, weil die Haut von dem warmen Wasser ihre Schnellkraft, und die davon abhangende Wirksamkeit verliert, und die Oeffnungen der Haut nicht zusammen gezogen, sondern vielmehr erweichet und ausgedehnet werden. Da hingegen das kalte Wasser die Haut reizet, und die Zusammenziehung dieser Oeffnungen befördert. Hieraus können Sie nun leicht abnehmen, warum das kalte Wasser Ihren Körper stärkt, und das warme denselben schwächt. Da nun das kalte Wasser eines der stärkendsten Mittel ist, welche wir haben, um das Nervengewebe unsers Körpers abzuhärten, und wider die abwechselnde Anfälle unsers Dunstkreises sicher zu stellen, so sollen Sie auch, so viel möglich ist, das Abwaschen und Säubern Ihres Körpers mit kaltem Wasser verrichten.

Das fließende Wasser verdient nicht nur wegen seiner abspühlenden Eigenschaft, sondern auch, weil es immer erneuert wird, einen unstrittigen Vorzug vor dem warmen stehenden Wasser und allen andern Wisch- und Waschwassern, die als Reinigungsmittel zum Waschen gebraucht, werden. Ich setze aber zum Voraus, daß Sie die Vorsicht brauchen werden, nicht auf einmal plötzlich ins kalte Wasser zu springen, sondern Sich nach und nach hinein zu begeben. Auch wäre der Schade vom Baden im kalten Wasser noch weit beträchtlicher, wenn Sie erhitzt oder im Schweiß Ihren zärtlichen Körper abschreckten. Denn wenn dieses wäre, so ist Ihnen freylich das Baden in lauwarmen Wasser mit dem halben Theil Milch vermischt, viel zuträglicher und gesünder.

Ferner gehört zur Reinlichkeit, als ein vorzügliches Stück, das tägliche Auskämmen der Haare; und so sehr auch dieses durch die jetzigen Modefrisuren erschweret wird, so unumgänglich nöthig ist es, wenn anders nicht die Schweißlöcher durch Pouder und Pomade verstopft, und daher mancherley gefährliche Krankheiten erzeugt werden sollen.

Endlich gehört auch noch zur Reinlichkeit, in so fern sie der Gesundheit zu statten kömmt, außer der öftern Reinigung Ihrer Ohren, auch das zeitige Abschneiden der Nägel an Ihren Füßen. Das öftere Abschneiden der Nägel an

Ihren zarten Händen versteht sich von selbst. Es ist bekannt, daß der König zu Memphis, der Rhodope, wegen ihres kleinen Fußes, seine Hand und Krone angebothen hat. Und zu unsern Zeiten schätzt man einen kleinen Fuß noch eben so hoch, als ein schönes Gesicht eines Frauenzimmers. Ob es nun gleich gewiß ist, daß, wenn der Anwuchs irgend eines Theils des Körpers, ohne beträchtlichen Schaden, gehemmet werden kann, daß es ohnstreitig beym Fuß geschehen kann, so haben Sie doch eine große Vorsicht anzuwenden, daß Sie die Füße nicht zu schleunig, nicht zu gewaltsam einklemmen. Aus beyden Fehlern entstehen Unempfindlichkeit, Geschwulst, Hüneraugen, und Einwachsen der Nägel. Unempfindlichkeit und Hüneraugen, drohen Ihnen sodann nicht nur eine starke Hinderniß in der Zierlichkeit des Ganges, sondern auch in der Bewegung des Körpers, bey welcher sich alle Ihre Reizungen der Schönheit mit dem größten Vortheil zeigen. Das Einwachsen der Nägel, oder daß Sie mit Ihren weichen Nägeln wenigstens nicht an Ihren zarten Füßen hängen bleiben, und das so sehr empfindliche Fleisch unter den Nägeln nicht verletzen, können Sie demnach am beßten durch das öftere Abschneiden verhüten.

Durch eine vernachläßigte Reinigung der Ohren aber, können Sie sich nicht nur das Gehör erschweren, sondern auch durch die dar-

aus entstehende Verhärtung des Ohrenschmalzes eine völlige Taubheit zu ziehen.

Dagegen aber ist es keine lobenswürdige Reinlichkeit, sondern eine einfältige und höchst übertriebene Schamhaftigkeit, daß Sie in Gesellschaften, bey Spaziergängen, Spazierfahrten, oder andern Gelegenheiten, die mehresten nöthigen Auswürfe zum größten Nachtheil Ihres zärtlichen Körpers zurückhalten, und also diesen so wichtigen und höchst nothwendigen Wirkungen der Natur zuwider handeln. Und hiervon, so gleich das mehrere.

III.

Von der schädlichen Zurückhaltung der natürlichen Auswurfsfeuchtigkeiten.

Da ich es mir zum Gesetz gemacht habe, alle — auch die kleinsten Gegenstände zu bearbeiten, welche nur immer Ihre Gesundheit, Schönheit, und das so wichtige Wohlseyn Ihrer Leibesfrucht betreffen, so kann ich auch hier unmöglich von solchen Dingen schweigen, die einen so erstaunend großen Einfluß in Ihre Gesundheit haben.

Die Verstopfung des Leibes, und die Verhaltung des Urins sind Zufälle, welche die Gesund-

sundheit eines jeden Menschen von Grund aus zerrütten können: in diesem Betracht müssen sie auch Ihnen besonders währender Schwangerschaft noch weit gefährlicher werden, weil die Gebährmutter, dieser herrliche Wohnsitz Ihrer Leibesfrucht, mit der Urinblase und dem Mastdarme einen sogenauen Zusammenhang hat. Diese drey Theile verschaffen sich einander, nach Beschaffenheit der Umstände, viele Erleichterung oder Hindernisse in ihren von der gütigen Natur bestimmten Verrichtungen.

Die Gebährmutter nimmt einen größern Raum ein, um für Ihre Leibesfrucht und die Nachgeburt Platz zu haben. Sie macht also die Urinblase und den Mastdarm enger, welche daher von den in ihnen enthaltenen Unreinigkeiten eher angefüllet werden. Dennoch werden mehrentheils mehrere grobe und unnütze Theile in den Gedärmen abgesetzet, weil Ihr schwacher Magen währender Schwangerschaft die Speisen nicht so sehr zertheilen, und in so vielen Milchsaft verwandeln kann, als sonsten wohl geschiehet. Hierzu kömmt noch, daß die Wärme von dem vielen Blute, welches zur Zeit Ihrer Schwangerschaft in den Gefäßen der Gebährmutter umläufet, Ihre Gedärme und Excremente austrocknet, und letztere hart machet. Alle diese Ursachen zusammengenommen legen den Grund zu der Hartleibigkeit, welche Ihnen währender Schwangerschaft so gewöhnlich ist.

Eine

Eine solche Verstopfung des Leibes aber hat unangenehme Folgen, und verursachet Ihnen Kopfschmerzen, Beängstigungen, Krämpfungen, und aufsteigende Blähungen, welche leztere das Wesen der wilden Wehen ausmachen. Diese Unordnungen sind groß genug, um Ihren und Ihrer Leibesfrucht Körper zu verwüsten, und deßwegen müssen Sie auch die Mittel nicht verachten, welche Ihren Leib schlüpfrig und flüßig erhalten. Denn, wenn Sie solche verabsäumen, so ist noch das größte Uebel, daß der von Winden und Unreinigkeiten aufgeblähte Unterleib Ihre Gebährmutter sehr einpresset, Ihre Geburtswege verengert, und Ihrer Leibesfrucht in der Stunde der Geburt den freyen Ausgang aus seinem Gefängnisse verwehret.

Die meisten Marter und Qualen, laden sich die Menschen zum Theil durch ihr eigenes Verschulden auf den Hals. Diese Anmerkung kann ich leider auch hier anwenden. Ich habe Ihnen allbereits die natürlichen Ursachen erzählet, welche Ihnen die Verstopfung des Leibes zuwege bringen und unterhalten. Nunmehr darf ich aber auch nicht diejenigen diätetischen Fehler verschweigen, wodurch Sie während der Schwangerschaft diese Ungemächlichkeit, die sonst minder beschwerlich seyn würde, vergrößern und verschlimmern. Vornämlich rechne ich hieher.

1. Das unordentliche und übermäßige Essen, welches einen groben Schleim und Unrath häufig in Ihre Gedärme bringet, und selbige gleichsam damit zukleistert.

2. Das wenige Trinken, so, daß Ihre Gedärme nicht genug angefeuchtet werden.

3. Die anhaltende Ruhe, welche Ihre Gedärme, wie Ihren Körper träge machet.

4. Das viele Sitzen, wodurch Ihre Gedärme eingepresset werden.

Diese freywillige Fehler müssen Sie nun theuer genug bezahlen. Hingegen werden Sie bey entgegengesetztem Verfahren den heilsamen Vortheil einer mäßigen Leibesöffnung so merklich gewahr werden, daß Sie öfters keine Arzneyen, die ohnehin meistens nicht viel nützen, weiter nöthig haben. Hier ist das Recept:

Wählen Sie sich lauter leichte Speisen, und meiden Sie alles Harte, Zähe, und Unverdauliche.

Bedienen Sie sich der erweichenden und durchschlageuden Mittel, als gekochter Pflaumen, des Spinats, und andern wässerigten Gemüßes, welches Sie aber mäßig genießen müssen, weil es

Ihnen

Ihnen sonst Blähungen und Leibesschmerzen verursachet.

Trinken Sie nicht zu vielen und dicken Caffee, und nehmen Sie wenigstens täglich anderthalb Quart vom ordentlichen Getränke zu sich.

Gewöhnen Sie sich zu den Leibesübungen, und meiden Sie die allzuträge Ruhe.

Was ist leichter, als alle diese Dinge zu beobachten? Und Sie wollten sie nicht beobachten, da Sie doch dadurch einen so herrlichen Nutzen erhalten? Ich gebe zu, daß noch einige andere Umstände das ihrige zur Verstopfung des Leibes beytragen können. Selbige kann aber Ihr Arzt beurtheilen, dem Ihre Lebensart näher bekannt ist.

Die Verhaltung des Urins entstehet zuweilen blos von Krämpfen, zuweilen aber vom Drucke der Leibesfrucht und der Gebährmutter auf den Blasenhals, der so stark zusammen gepresset wird, daß kein Urin heraus kann. Im letztern Falle wird die Blase von dem darinn angehäuften Wasser unter unsäglichen Schmerzen sehr ausgedehnet. In diesem Fall müssen Sie sogleich eine geschickte Hebamme rufen, und von ihr vermittelst einem oder mehreren eingebrach-

brachten Fingern die Gebährmutter in die Höhe schieben lassen, worauf der Urin alsobald hervorläuft, und die Schmerzen aufhören. Alle Urintreibende Mittel aber sind Ihnen höchst schädlich, indem sie allemal das Uebel vergrößern, und eine gefährliche Niederkunft, Bluthar-nen, und tödtliche Entzündungen veranlassen.

Lachen Sie mich nicht aus, wenn ich hier der monatlichen Reinigung gedenke, von welcher Sie währender Schwangerschaft gewöhnlichermaßen nichts wissen. Weil ich aber schon oben in der ersten Abtheilung mit Wenigem berühret habe, daß auch einige Frauen währender Schwangerschaft das Monatliche beybehalten haben, so will ich Ihnen hier nur eine irrige Meynung benehmen, die sich aus dem Alterthume erhalten hat. Man glaubt nämlich, daß der Leibesfrucht das hinlängliche Blut und die nöthige Nahrung entzogen wird, wenn die Mutter ihre monatliche Zeit hat; und man will behaupten, daß eine solche Leibesfrucht schwach werde, und zu früh das Licht der Welt erblicke. Die Erfahrung der Aerzte aber bestätiget dieses nicht. Weil gemeiniglich nur diejenigen Frauen währender Schwangerschaft einen monatlichen Abgang des Blutes leiden, welche sehr vollblütig sind; so wird dadurch weder den Kräften der Mutter, noch dem Wachsthume der Leibesfrucht etwas benommen. Denn die wohlthätige Mutter Natur fällt hier dem Wundarzt wohlbedächtig in das Amt, und be-

freyet

freyet diese Frauen von der überflüßigen und beyden Theilen sehr entbehrlichen Menge des Blutes, welche sonst doch durch öfteres Aderlassen hätte müssen vermindert werden, um eine unzeitige Geburt zu verhüten, die eben darum bey dergleichen Schwangern zu befürchten seyn würde, wenn sie dieses überflüßige Blut behielten. Aber das kann ich Ihnen doch nicht verhehlen, daß diejenigen schwangern Frauen, die nicht vollblütig sind, und daher auch kein Blut missen können, entweder eine unzeitige oder schwere Geburt ausstehen müssen, wenn das monatliche Geblüt muthwilligerweise oder unwissend hervorgelocket wird. Diesem Uebel vorzukommen, haben auch die Aerzte die schwangere Frauen von dem Rechte der ehelichen Umarmungen ausschließen wollen. So viel kann ich Ihnen auch im Vertrauen sagen, daß Ihre Ehemänner recht medicinisch und sehr klug denken, wenn sie Ihnen währender Schwangerschaft, aber wohl gemerkt, nur in diesem Stück, mit einiger Kaltsinnigkeit begegnen.

IV.

Von der Schädlichkeit der wohlriechenden Haarsalben und dergleichen Wassern.

Unter die vielen schädlichen Moden, die Ihren Körper ausschmücken müssen, rechne ich

auch

auch den Gebrauch der wohlriechenden Haarsalben und dergleichen Wasser.

Die Haarsalbe muß mit wohlriechendem Oehl zubereitet werden, der Haarpuder muß mit Bisam und dergleichen wohlriechenden Sachen vermenget, die Kleidung und Schnupftücher mit geistreichen Wassern eingespritzet werden. Und warum dies. — Weil es die Mode so mit sich bringt! — Wissen Sie aber auch die schädlichen Folgen, die daraus entstehen, wenn der ganze Dunstkreiß Ihres einbalsamirten Körpers nichts als Wohlgerüche von sich duftet? — Ihre Nerven, welche ohnehin durch die weiche Lebensart so ziemlich geschwächet sind, werden durch einen solchen immerwährenden Reiz, und die daraus verursachte Anspannung noch mehr entkräftet. Und — unausbleibliche, schädliche Folgen davon sind: eine blasse Todtenfarbe, Kopfschmerzen, Schwindel, und zerschiedene Nervenkrankheiten, welche Sie so denn ohne Unterlaß abmatten, und Sie Hilfe zu suchen nöthigen.

V.
Von dem schädlichen Gebrauch der Ferngläser.

Wollte ich auch diese so höchst lächerliche Mode völlig mit Stillschweigen übergehen, daß nämlich heut zu Tage auch so gar die Frauenspersonen Mode daraus machen in die Loge der

Schadhaften zu gehören, indem sie sich eines Fernglases bedienen, um einen einige Schritte von ihnen entfernten Gegenstand auszunehmen, welches wahrlich schlechte Augen verräth, und wie alle vernünftig denkende Personen glauben, kein Verdienst seyn kann um jemanden zu gefallen, so erfodert es doch meine Pflicht, Ihnen die daraus entstehenden Uebel anzuzeigen. Kein Arzt, sondern der größte Thor würde ich seyn, wenn ich nicht zu geben wollte, daß Einige unter Ihnen von Natur aus, oder wegen ausgestandener Augenkrankheiten schwache Augen haben, und folglich dieser Hilfe benöthiget sind. Diesen kann ich, und die ganze vernünftig denkende Welt es nicht verargen: aber das junge, und annoch in der beßten Blühte ihres Alters sich befindende Frauen, welche nur um die Mode mitzumachen, um einem Gegenstand zu erkennen zu geben, daß man ihn betrachtet, und von ihm eingenommen ist, diese lächerliche Gewohnheit angenommen haben, ist uns Aerzten außerordentlich auffallend. Nicht Mitleiden aber wohl Verhöhnung, verdienen solche Frauen, weil sie sich freywillig in die Gefahr stürzen, des kostbarsten Theiles ihres Körpers beraubet zu werden, oder doch wenigstens denselben außerordentlich zu schwächen.

Wollte ich Ihnen alles beschreiben, wie das Fernglas auf Ihr herrliches Auge wirket, und warum es ein gutes Aug schwächen muß, so würde ich zu weitläuftig sein, weil ich Ihnen nicht allein alle Theile des Auges beschreiben, son=

sondern Ihnen auch aus der Sehekunst die Wirkung desselben auf das Aug zeigen müßte; (diejenigen wißbegierigen Leserinnen unter Ihnen, verweise ich deshalb auf meine im vorigen Jahre herausgegebene Lehre von den Verrichtungen des beseelten Körpers für die erwachsene Jugend und das Landvolk, wo Sie Ihre Wißbegierde, in Anbetracht der Bestandtheile und Nutzen des Auges, hinlänglich befriedigen können) es wird also genug seyn, wenn ich Sie versichere, daß die Aerzte eine Menge redender Beyspiele aufstellen können, welche ihnen die schädlichen Folgen davon darthun. Es giebt viele junge Frauen, welche vor wenig Jahren die beßten Augen hatten, und recht gut sahen; weil sie aber glaubten, weniger edel zu seyn, wenn sie die eben damals aufkeimende Mode nicht mit machten, so beseufzen sie dermalen im Stillen ihre begangene Unbesonnenheit, da sie sich selbst schadhaft gemacht haben, ohne es seyn zu wollen. Kurzsichtige, sehr schwache, zur Entzündung geneigte, schmerzhafte, und triefende Augen sind die allgemeinen Folgen dieser verführerischen und schädlichen Mode, wenn Sie anders noch so glücklich sind, nicht gar frühzeitig blind zu werden.

VI.

Von dem schädlichen Mißbrauche des Aderlassens.

So lange mir der Allmächtige noch Leben und Gesundheit schenket, werde ich den wohlgemeinten Wunsch nie genug wiederhohlen können, daß Sie, schätzbareste Leserinnen! Sie mögen schwanger oder nicht schwanger seyn, doch nicht so oft ohne die mindeste Ursache Aderlassen möchten, weil ich fast täglich von den übeln Folgen dieses Unternehmens mehr überzeuget werde. Sie müssen nicht glauben, daß eine aufsteigende Hitze, Kopfschmerzen, Zahnschmerzen und dergleichen Zufälle allemal von dem Ueberfluße Ihres Geblütes entstehen; Ihr vielleicht eigennütziger Wundarzt, dem es mehr um seinen halben Gulden, als um das Wohl Ihrer Gesundheit zu thun ist, mag Ihnen auch noch so viel von der Nothwendigkeit des Aderlassens vorplaudern. Untersuchen Sie nur Ihre Lebensart nach den Ihnen von mir ertheilten Verhaltungsregeln, und bedenken Sie anbey, daß dergleichen Zufälle sehr oft von einem Selbst verursachten widernatürlichen Reize und Bewegung Ihrer Nerven entspringen; so werden Sie auch leicht einsehen, daß das Aderlassen nicht selten mehr zum Nachtheile als zur Erhaltung Ihrer Gesundheit beyträgt; ich sage zum Nachtheile: weil durch den vielen Verlust des Geblütes, da Sie ohnehin außer der

Schwangerschaft, der Mutter Natur, alle vier Wochen, den Tribut abzahlen müssen, Ihrem Körper die natürliche Wärme und Kraft benommen wird, woraus die langwierigen, verworrenen Krankheiten entstehen, welchen Ihr Arzt vergebens mit mühsam hervorgesuchten Heilmitteln abhelfen will, da Sie vielleicht die kleinen Unpäßlichkeiten mit ein paar Tagen Geduld und wenigem Essem am beßten und geschwindesten geheilet hätten. Ich könnte Ihnen viele Beyspiele von Frauen anführen, welche ein Opfer solcher Kurart geworden sind, und welche gewiß lang vor der bestimmten Zeit der Natur ihren Zins haben zahlen müssen, allein ich vermeide sie gewisser Ursachen wegen. So viel aber kann ich Sie bey dieser Gelegenheit versichern, daß ich schon zum öftern Betrachtungen über das gefährliche Amt des Arztes angestellet habe, wo ich überlegte, wie doch einem jungen Arzte zu Muthe seyn möchte, wenn er wüßte, daß für eine jede, wegen seiner Unwissenheit, Versehen, minderen Erfahrung, Eigensinns, oder was immer einer andern Ursache, verstorbene Person, ihm an seinem Lebenslaufe nur ein Monat abgerechnet würde; dann, dachte ich, möchte ich wissen, wie viel Aerzte in der Welt wären, wie viel Zeit einer nothwendig hätte, ehe er sich unterstünde auf diesen prächtigen Titel einen Anspruch zu machen, wie alt die Aerzte würden, und ob alsdann wirklich so verworrene nnd unheilbare Krankheiten besonders unter dem weiblichen Ge-

schlechte herumwüteten; und wenn erst dieses den Apothekern und ihren Gesellen, den Wundärzten und ihren Gesellen, den Hebammen und andern Pfuschern auch widerführe, ob diese alsdann auch, so dienstfertig, so willig, so unermüdet wären, sich um Sachen anzunehmen, welche unendlich weit außerhalb ihrem Gesichtskreise liegen; ob diese wohl durch allerunterthänigste Ehrenbezeugungen, hinterlistige Verkleinerungen, gezwungene Anempfehlung, und erniedrigende Dienstfertigkeit ein ihnen so gefährliches Amt zu bekleiden trachten würden, ohne vorhin die dazu erfoderlichen Wissenschaften erlernet zu haben.

VII.

Von der schädlichen Neigung zum vielen Arzneyeinnehmen, wie auch von den sogenannten Universalheilmitteln.

Erstummen muß ich vor Verwunderung, wenn ich bedenke, daß in dermaligen aufgeklärten Zeiten die Menschen sich noch so leicht durch einen halben Bogen langes daher geschmiertes und in den Zeitungen ausposauntes Maulwerk verblenden lassen, ein Mittel für ihre Krankheit zu gebrauchen, welches gemeiniglich derselben contrair und höchst schädlich ist. Was aber allen

allen menschlichen Begriff von Arzneymitteln betrifft, ist daß dergleichen Marktschreyer, oder vielmehr durch das Goldmachen gemeiniglich zu Grunde gerichtete Schwelger, nicht allein so unzählbare einander entgegengesetzte Krankheiten mit einem solchen Mittel zu heilen pflegen, sondern auch noch, um ja ihr durch den chimischen Schornstein verrauchtes Vermögen mit List von dem gemeinen Wesen zurückzubekommen, den Gesunden als ein herrliches Präservativmittel anpreisen, um solchen Zufällen vorzubeugen. Ich bitte Sie daher, schätzbarste Leserinnen! lassen Sie sich doch nicht von einem so seichten Teufelsblendwerke verführen! verbannen Sie alle auf diese Art so sehr angerühmten Pillen, Pulver, Lebensessenzen, und dergleichen zusammengeschmirtes Zeug aus Ihren Häusern und Händen, wodurch Sie Ihre und Ihrer Leibesfrucht so äußerst schätzbare Gesundheit nur allzu oft der größten Gefahr aussetzen, und dann erst bey einem vernünftigen Arzte Hilfe suchen, wenn der zarte Faden Ihres Lebens schon über die Hälfte abgeschnitten ist. Die Rechtschaffenheit eines ehrlichen Mannes erfodert unumgänglich, nicht das mindeste Geheimniß aus einem Heilmittel zu machen, womit man seinem Nächsten helfen kann, denn die christliche Liebe und seine eigene Pflicht erfodert dieses von dem Arzte. Nun noch ein paar Worte von der schädlichen Neigung zum vielen Arzneyeinnehmen.

Diese Neigung hat sich auch bey Ihnen besonders währender Schwangerschaft eingeschlichen, vermuthlich, weil Sie den irrigen Wahn haben, daß alle mit der Schwangerschaft verknüpfte Beschwerden nothwendig durch Arzneyen entweder abgewendet, oder curiret werden müssen. Wo nichts zu heilen ist, da sorgen Sie für die Präservation. Wenn auch Ihnen nichts fehlet, so muß man doch den Arzt hohlen. Warum? — Weil Sie mit Umständen schwanger seyn wollen, und weil Sie glauben, daß man sie nicht für wichtig genug hält, wenn man nicht Ihnen und Ihrer Leibesfrucht beständig mit Arzneyen und Rathschlägen aufwartet. O wie ruhig, wie vergnügt, wie dankbar gegen die unendliche Güte Gottes, sollten Sie nicht vielmehr seyn, wenn Sie wirklich eine mit wenigen oder gar keinen Beschwerden begleitete Schwangerschaft haben. Sie sollten bedenken, daß wirksame Arzneyen in Ihrem Körper Gewalt ausüben müssen, daß daher in einem gesunden Körper erst Krankheiten entstehen, und daß es höchst ungereimt sey, durch Arzneyen solche Zufälle zu präserviren, die gar nicht zu besorgen sind, wenn Sie nach den Regeln der Diät ordentlich leben. Das ist die beßte Präservation und Conservation Ihrer Gesunbheit:

Wenn Sie mit beweglichem und arbeitsamem Körper im Essen und Trinken und

in

in den Leidenschaften die Mäßigkeit zum Geseze annehmen.

Während der Schwangerschaft sind Sie wenigen Krankheiten und wenigen Beschwerden unterworfen, die nothwendig aus der gegenwärtigen Beschaffenheit Ihres mit einer Leibesfrucht gesegneten Körpers entspringen. Die meisten Zufälle, worüber Sie sich beklagen müssen, haben aus dem diätetischen Versehen ihren Ursprung. Und davon habe ich Sie in den vorigen Abtheilungen gewiß hinlänglich überzeugt. Sie müssen also manche Unpäßlichkeiten und Krankheiten ausstehen, nicht nothwendigerweise darum, weil Sie schwanger sind, sondern weil Sie unordentlich leben, und zu wenige Sorgfalt im moralischen und natürlichen Leben für sich anwenden. Sie ziehen sich aber auch offenbare böse Folgen auf den Hals, wenn Sie Ihren Körper während der Schwangerschaft gegen alle und jede Zufälle mit Arzneyen bestürmen. In der folgenden Abtheilung werde ich Ihnen die Fälle bestimmen, wo Sie unumgänglich Arzneymittel nöthig haben. Hier würde es zu weitläuftig seyn, alle die Umstände, wobey Sie den Arzt und Apotheker füglich entbehren können, zu berühren. Ich will Ihnen gegenwärtig nur kürzlich den festen Saz an Ihr Herz legen:

Nehmen Sie während der Schwangerschaft, wenn Sie ja dazu genöthiget

werden, so wenige Arzneyen, als irgend möglich ist, und vermeiden Sie ganz und gar alle heftige, hitzige und starke Arzneyen.

Ihr Körper ist währender Schwangerschaft äußerst empfindlich, und jede kräftige Arzney wirket darinn mit vermehrter Kraft; und es kann nicht fehlen daß sie Ihre Nerven sehr reizet, Ihr Blut, sowohl in seinem Laufe, als auch in seinen Bestandtheilen, verschiedentlich verändert, und die natürlichen Verrichtungen Ihrer Eingeweide vermehret. So starken Veränderungen aber müssen Sie Ihren Körper nur im äußersten Nothfalle aussetzen, das heißt, Sie müssen nur Arzneymittel brauchen, wenn Ihnen einige Vorfälle und Krankheiten eine offenbare Gefahr drohen. Da Sie nun solches nicht für sich allein beurtheilen können, so müssen Sie aus dem Munde Ihres Arztes die Nothwendigkeit, Arzney zu brauchen, vernehmen, und selbige aus seinen Händen empfangen. Sie müssen aber nicht eigenmächtig Arzneymittel holen lassen, wenn Sie nicht Ihre Beschwerde klar und deutlich erkennen; und in diesem Falle müssen Sie sich schlechterdings nach dem von mir oder andern Aerzten schriftlich ertheilten Anweisungen richten. Den alten Weibern, ungeschickten Hebammen, und andern unbestellten Rathgeberinnen, müssen Sie gänzlich Ihr Gehör versagen; denn diese wissen nicht

nicht das mindeste von der Kraft der Arzneyen, die sie verordnen. Warum genießen die Schwangern auf dem Lande das in den Städten so seltene Glück einer gesunden Schwangerschaft? — Weil sie wenig mit den Arzneyen zu schaffen haben. Warum macht man hingegen in den Wohnungen der Zärtlinge große Krankheiten?— Um kleine Unpäßlichkeiten damit zu vertreiben. Nur ein einziges Beyspiel. Es wird Ihnen während der Schwangerschaft einmal übel. Man hohlt über Hals und Kopf Lebenswasser. Sie kommen wieder zu sich, und spüren eine starke Erhitzung von dem genossenen Tranke. Eilends nehmen Sie ein niederschlagendes Pulver, und trinken kaltes Wasser dazu. Nun stellen sich Blähungen ein. Da werden Carminative, Muttertropfen, gebrannte Wasser, und andere hitzige Dinge gebrauchet, und statt der Besserung stellen sich stärkere Krämpfe ein. Ihr Leib ist verstopfet. Sie nehmen starke scharfe Pillen ein. Nun purgieren Sie ohne Aufhören. Was geschieht aber bey allen diesen gewaltigen Proceduren? Man machet, um kleine Beschwerden zu heben, heftige Krämpfe, die grausamsten Unordnungen des Körpers, außerordentliche Wallungen des Blutes, und unaufhaltbare Blutflüsse. Sollten nun alle diese Bewegungsgründe nicht im Stande seyn, Sie, werthgeschätzte Leserinnen! von der Schädlichkeit des vielen und unnöthigen Arzneyeinnehmens hinlänglich zu überzeugen?

Neunte

Neunte Abtheilung.

Von den Ursachen einer frühzeitigen Geburt.

Der Hauptzweck meiner bisherigen Abhandlung ist beständig dahin gerichtet gewesen, den neunmonatlichen nothwendigen Aufenthalt des Kindes in Ihrem Leibe sicher und ungestört zu erhalten, die Stärke und den Wachsthum Ihrer Leibesfrucht zu befördern, und Sie selbst zur leichten Geburt, und zu folgenden leichten Empfängnissen tüchtig zu machen. Ihre Leibesfrucht theilet das Maaß der Gesundheit, oder Krankheit, allemal unausbleiblich mit Ihnen. Möchten Sie dieses doch mit goldenen Buchstaben geschrieben in Ihrem Gedächtnisse aufbehalten. Wenn es der Natur nicht gefällt, oder, wenn selbige von Seiten Ihrer gehindert wird, der Leibesfrucht die gewöhnliche Zeit zur vollkommenen Werdung zu verstatten; so kann selbige auch nicht das ganze Leben, den völligen Wachsthum, und die rechte Stärke erlangen. Wenn also ein Kind im siebenten oder achten Monate gebohren wird, so hat es selten alle Vollkommenheiten einer ordentlichen neunmonatlichen Geburt; und man nennet es eine frühzeitige Geburt. Die Kinder aber, welche vor dem siebenten Monate gebohren

ren werden, sind desto schwächer, desto unvollkommener und lebloser, je kürzere Zeit sie in Ihrem Leibe gelegen haben. Eine solche Geburt, die sich vor verflossenen 180. Tagen der Schwangerschaft ereignet, nennet man eine Mißgeburt, Abortus. Derselbe nun trägt sich meistens und am leichtesten im dritten und vierten Monate Ihrer Schwangerschaft zu. Er geschieht oft plötzlich, ohne vorhergegangene Anzeigen; oft aber meldet er sich einige Tage vorher mit wahren Geburtswehen und Lendenschmerzen, wozu sich bald ein Blutfluß aus Ihrer Gebährmutter gesellet. Diese untrügliche Zeichen lassen allemal einen Abortus besorgen.

Zuweilen ist es kein Kind, sondern ein unförmliches häutiges Stück Fleisch, das mit ordentlichen Geburtsschmerzen fortgetrieben wird. Nicht selten ist solches mit einem Kinde zugleich da; und da kann es geschehen, daß ein solches Stück Fleisch durch eine unzeitige Geburt weggehet, und das Kind bis zur gehörigen Geburtszeit verbleibet. Manchmal werden solche Stücker Fleisch auch nach der Entbindung, sie mag nun zur gehörigen Zeit oder allzufrüh erfolgt seyn, erst ausgestoßen. In diesem Fall ist Ihnen eine geschickte Hebamme sehr nöthig. Ein wirkliches durch einen Abortus zur Welt gebrachtes Kind ist mehrentheils tod. Wenn es ja einige schwache Zeichen des Lebens von sich giebt, so stirbt es doch bald.

Es giebt viele unter Ihnen, welche dem Mißgebähren sehr oft unterworfen sind, und solches durch keine Behutsamkeit abwenden können. Hieher rechne ich.

1. Diejenigen, welche, als sie zum erstenmale schwanger waren, durch ein übles diätetisches Verhalten, oder durch einen ihrem Körper sonst angethanene Gewalt, das Kind zu früh aus seiner Wohnung trieben. Ich habe bereits in der ersten Abtheilung erinnert, daß eine Mißgeburt in der Folge mehrere nach sich ziehet. Denn Ihre Gebährmutter wird oft beym ersten Mißgebähren dermaßen geschwächet, daß sie bey den folgenden Empfängnissen die Geburt nicht bis zur bestimmten Zeit aufbehalten kann. Deswegen warne ich Sie ernstlich, hüten Sie sich doch vor der ersten Mißgeburt.

2. Betrifft dieses Unglück die Kränklichen und Schwächlichen. Eine schwindsüchtige, eine vom Fieber entkräftete Frau, beherberget ein Kind nicht lange. Selbiges findet nicht hinlängliche Nahrung, und reisset sich daher bald aus seinem Kerker los.

3. Erfahren diesen Schaden, diejenigen, die fast selbst noch Kinder sind, und schon wiederum Kinder zur Welt bringen wollen. Hier entdecket man ein neues Uebel, das von Seiten einer solchen vierzehn oder sechszehn jährigen Mutter daraus entspringet. Die Gebährmutter

ist,

ist, wie der ganze Körper eines solchen unausgewachsenen Mütterleins zu schwach und unvermögend, die Last der Leibesfrucht zu tragen, welche schon in einem noch nicht recht erwachsenen Körperlein von neuem wachsen soll. Der Mangel der Nahrung, die Krämpfe der zarten Gebährmutter, und die Zerreissung der schwachen Blutgefäße, sind die nächsten Ursachen des leichten und öftern Mißgebährens solcher halbgewachsenen Fräuleins.

4. Rechne ich endlich eine angebohrne Schwäche der Gebährmutter, oder eine zu enge Gebährmutter, zu denjenigen Ursachen des Mißgebährens, welche gar nicht gehoben werden können. Wenn die Fasern der Gebährmutter so hart und unbiegsam sind, daß selbige nicht durch ihre Ausdehnung den Raum zuwege bringen kann, den die Leibesfrucht zum freyen und unumschränkten Wachsthume nöthig hat; so wird die Gebährmutter durch den Reiz oder Druck, den die Leibesfrucht auf dieses sein enges Behältniß ausübet, zu krampfigten Zusammenziehungen, und zur darauf erfolgenden Ausstossung der Leibesfrucht, gezwungen. Diese widernatürliche Beschaffenheit der Gebährmutter kann zuweilen angebohren seyn; sie wird aber auch oft durch den Gebrauch der engen Schnürbrüste verursachet.

Bisher habe ich Sie mit denjenigen Ursachen des Mißgebährens bekannt gemacht, die vor der Schwangerschaft schon in Ihrem

Körper vorhanden waren, und die gar nicht weggeschaffet und verbessert werden können. Denn, wer kann die angebohrne oder erlangte widernatürliche Beschaffenheit der Gebährmutter verändern? — Wer kann die Natur zwingen, Blut zu machen, wo ihr das Vermögen dazu fehlet? — Wer kann den Theilen die Kraft einflößen, die erst mit der Zahl der Jahre zunimmt? Itzt will ich Ihnen diejenigen Ursachen anzeigen, die erst während Ihrer Schwangerschaft entstehen, und die nächste Gelegenheit zum Mißgebähren geben. Selbige haben Sie theils in Ihrer Gewalt; theils aber ereignen sie sich ohne Ihr Zuthun.

Von der ersten Art sind alle heftige Gemüthsbewegungen, vornämlich aber der Zorn, der Gram und der Schreck; ferner die heftigen Leibesbewegungen, und sonderheitlich das heftige Tanzen, Fahren und Reiten, ein starker Sprung von der Höhe, das Heben großer Lasten, und eine zu starke Erschütterung des Unterleibes durch heftiges Nießen, Husten, oder Brechen. Zuletzt rechne ich die hitzigen Speisen, Getränke, und Arzneyen hieher, welche Ihr Blut in starke Wallung bringen. Von allen diesen Dingen habe ich Sie schon an den gehörigen Orten unterrichtet, und beynebens angezeiget, wie und auf was für eine Art sie das Mißgebähren befördern.

Unter diejenigen entfernten Ursachen des Mißgebährens, welche währender Schwangerschaft ohne Ihre Schuld entstehen, rechne ich:

1. Eine Verletzung, oder Gewaltthätigkeit, welche von aussen Ihrem Leibe angethan wird.

2. Krankheiten, welche Sie währender Schwangerschaft überfallen.

3. Vollblütigkeit Ihres Körpers.

4. Das Absterben der Leibesfrucht in Ihrem Körper. Die manigfaltige Krankheiten womit Sie währender Schwangerschaft können befallen werden, kann ich hier nicht bestimmen, weil deren Untersuchung blos ein Geschäffte Ihres gegenwärtigen und sehenden Arztes ist. Die Krankheiten Ihrer Leibesfrucht bleiben unerkannt, und man schließet nur aus den schwachen und fast unmerklichen Bewegungen, die es in seiner finstern Wohnung vornimmt, daß sie schwach und matt sey. Bilden Sie sich aber ja nicht ein, daß je ein Arzneymittel zur Stärkung Ihrer Leibesfrucht existire. Die Ihnen solches weis machen wollen, sind unverständige Prahler, unverschämte Windbeutel. Bliebe eine todte Leibesfrucht in Ihrem Leibe so würde sie daselbst ihre Verwesung finden, und Sie durch verursachte Entzündungen Ihrer Eingeweide ebenfalls bald in das Grab nachholen. Die wachsame Natur wendet daher alle Kräfte

an, das abgestorbene Kind aus Ihrem Körper auszustoßen. Inzwischen sind aber doch die krampfigten Zusammenziehungen Ihrer Gebährmutter zu unvermögend, diesen todten Gast aus seiner Herberge auszutreiben. Die Wehen sind nicht stark genug, weil sie nicht durch die eigene Bemühung Ihrer Leibesfrucht, wie bey einer ordentlichen Geburt geschiehet, vermehret werden können. Daher geht manchmal die todte Leibesfrucht mit der größten Gefahr Ihres Lebens stückweise ab. In diesem Fall müssen Sie nothwendigerweise ein Mittel brauchen, wodurch die Wehen verstärkt werden, und die Geburt Ihrer todten Leibesfrucht möglichst beschleuniget wird. Zu Erreichung dieser Absicht kann ich Ihnen kein besseres Mittel anempfehlen als nachfolgendes:

Nimm versüßten Salpetergeist ein Loth;

Saffranessenz ein halbes Quentlein.

Mische alles wohl untereinander.

Von dieser Essenz belieben Sie sodenn alle Stunden 20. Tropfen mit Wasser zu nehmen, und zwar so lange bis die Wehen verstärkt werden, und die Geburt Ihrer todten Leibesfrucht von statten geht.

Uebrigens können Sie an folgenden drey Zeichen abnehmen, daß Sie ein todtes Kind tragen:

1. Sie

1. Sie verspüren in diesem Fall gar keine Bewegung Ihres Kindes.

2. Wenn Sie Ihren Körper bewegen, so fällt die Frucht, wie ein Klumpen, nach der Gegend hin, wo Sie sich bewegen.

3. Sie empfinden eine besondere Kälte in der Gebährmutter, ein überlaufendes Schaudern, und Anwandlungen von Ohnmachten.

Nur alsdenn wird die Vollblütigkeit eine Ursache des Mißgebährens, wenn Sie Ihr Blut in starken Umlauf setzen, und durch heftige Bewegungen und hitzige Getränke zum Ausbruche aus den Adern der Gebährmutter zwingen. Hauptsächlich ist sie Schuld an den unzeitigen Geburten, die sich zwischen dem vierten und sechsten Monate Ihrer Schwangerschaft, sonderlich um diejenige Zeit, da Sie sonst Ihren Monatfluß gehabt, so oft zutragen. Sie können diesem Uebel vorbauen, wenn Sie sich, sobald einige Anzeigen es besorgen lassen, einige Tage vor dieser gewöhnlichen Zeit eine Ader am Arme öffnen lassen, und darauf die weiter unten vorgeschriebene Lebensordnung beobachten.

Sind Sie vollblütig, so haben Sie oft schon im dritten Monate Ihrer Schwangerschaft eine Aderläse nöthig, und derjenige ist der größte Dummkopf der Ihnen weiß machen will, daß

das Mißgebähren dadurch beförderet werde. Nein! die tägliche Erfahrung bestätiget vielmehr, daß das Mißgebähren dadurch verhindert und abgewendet wird. Jedoch muß ich Ihnen sagen, daß es allerdings grossen Schaden verursachen würde, wenn Sie an Ihrem Fuße die Ader öffnen, oder wenn alle Schwangere unter Ihnen ohne Unterschied vor der Hälfte ihrer Schwangerschaft zur Ader ließen. Das erstere, nämlich eine Aderlaß an Ihrem Fuße, beschleuniget mehrentheils die Geburt, und deswegen bedienen Sie sich derselben oft mit gutem Nutzen einige Tage vor der ordentlichen Geburtszeit. Sind Sie aber nicht vollblütig, so würden Sie durch unbedachtsames Blutlassen und vornämlich, wenn solches vor der Helfte der Schwangerschaft geschieht, Ihren Körper entkräften, und dadurch sich eine unzeitige Niderkunft bereiten. Nur diejenigen unter Ihnen, welchen die Menge des Blutes beschwerlich ist, können zu aller Zeit, so bald es die Nothwendigkeit erheischet, dieses Hilfsmittel brauchen. Wenigstens aber müssen sie, wenn sie gleich keine Mißgeburt zu besorgen hätten, zwey- bis dreymal währender Schwangerschaft Aderlassen. Dadurch bahnen Sie sich den Weg zur leichten Geburt, und können sich eines erträglichen Zustandes im Wochenbette schmeicheln. Vermindern Sie aber nicht Ihre Vollblütigkeit durch das nöthige Aderlassen, so haben Sie schwere Geburten auszustehen, und sind nach Ihrer Entbindung gefährlichen Blut-

stürzungen, Entzündungen, und hitzigen Fiebern unterworfen.

Ueberhaupt aber haben Sie die meiste Gefahr einer Mißgeburt in den ersten vier Monaten Ihrer Schwangerschaft zu befürchten; in dem Termine, da Ihre frühzeitige Niderkunft vorher eingefallen; und zu der Zeit da Sie sonst Ihr Monatliches gehabt haben. In diesen drey Zeitpunkten haben Sie demnach die größte Ursache, alle Vorsicht zu gebrauchen, um einen Unfall, zu verhüten, der Ihnen so oft Ihr theures Leben kostet.

Ohne Zweifel erwarten Sie nun von mir als Arzt, daß ich die beßten Arzneymittel nahmhaft machen werde, wodurch Sie das Mißgebähren abwenden können. Ich kann Ihnen kein besseres Mittel vorschlagen, als nachstehendes:

Vermeiden Sie alle nur mögliche Ursachen, welche das Mißgebähren beschleunigen.

Das ist das sicherste Präservativ. Befolgen Sie dieses, so werden Sie Ihre Hoffnung nicht vereitelt sehen. Es giebt freylich Goldpulver, Mutterstärkende Tropfen und andere edle Lebensessenzen, welche als Favoritarzneyen Ihre Toilette zieren. Allein ihre großen Kräfte und gerühmte Tugenden bestehen blos in der Einbildung; so, wie die Amulete, oder am Leibe

angehängte Sachen, die Sie während der Schwangerschaft vor aller Gefahr schützen sollen, den Aberglauben zum Vater haben. Wofern aber durch ein oder das andere Versehen die Ursache zum Mißgebähren rege gemachet worden, und die am Anfange dieser Abtheilung benennte Zeichen, welche allemal einer Mißgeburt vorhergehen, vorhanden sind; so müssen Sie durch den vernünftigen Gebrauch einiger Arzneyen versuchen, die drohende Gefahr des Abganges Ihrer Leibesfrucht noch abzuwenden.

Entsteht die Mißgeburt von Krämpfen, die von einer heftigen Erschütterung Ihres Körpers erreget worden, so müssen Sie wohl darauf merken, ob die Krämpfe schon auf die Geburt treiben, und als wahre Wehen den Muttermund öffnen. Das kann Ihnen eine geschickte Hebamme mit Gewißheit sagen. Und alsdenn kann der Abgang Ihrer Leibesfrucht auf keine Weise gehindert werden. Sind es aber nur wilde Wehen und unordentliche Krämpfe, so müssen Sie solche durch den Gebrauch nachstehender Essenz zu stillen suchen:

Nimm versüßten Salpetergeist, ein Loth.
Melisseneſſenz,
Chamilleneſſenz, von jeder ein Quintlein.
Destillirtes Citronenöl, sechs Tropfen.
Mische alles wohl untereinander.

Von

Von dieser Essenz belieben Sie sodenn alle drey Stunden 30. Tropfen mit Wasser zu nehmen. Dieses Mittel leistet die unvergleichlichsten Dienste, und ich werde noch in der Folge es Ihnen anzupreisen, Gelegenheit haben.

Entsteht aber die Mißgeburt von einer vorhergegangenen Erhitzu g Ihres Blutes, wie z. B. nach einem geha ten heftigen Zorn, nach starken Eschauffements, oder ist schon ein wirklicher Blutfluß da, so müssen Sie die wüthenden Wallungen und dessen Ungestüm auf Ihre Gebährmutter so fort zu besänftigen suchen. Hier folgt das Recept:

Legen Sie sich in diesen Umständen sogleich zu Bette, und bleiben Sie einige Tage ruhig liegen.

Reden Sie wenig; bewegen Sie sich gar nicht; und bekümmern Sie sich nicht um das geringste, was sowohl in als außer Ihrem Hause vorgeht.

Lassen Sie sich eine Ader öffnen, und bleiben Sie sodenn ruhig, stille und unbesorgt liegen.

Trinken Sie eine Gersten- oder Habertisane, und nehmen Sie mit derselben alle

zwo Stunden zwanzig Gran gereinig-
ten Salpeter ein.

Genießen Sie weder Fleisch noch Fleisch-
brühen, noch Eyer, sondern blos Mehl-
suppen.

Diese Kurmethode und Diät, welche meines Erachtens nicht vernünftiger eingerichtet werden kann, wenden Sie ebenfalls bey dem Blutfluße an. Denn dieser hat mehrentheils ein in Wallung gebrachtes Blut zum Grunde. Und wenn derselbe auch aus bloßer Vollblütigkeit, ohne einige andere dazu gegebene Ursache entstanden wäre, so kann ich Ihnen doch keine vernünftigere und bessere Mittel vorschlagen, als kühlende. Ist Ihnen der Salpeter in Ansehung seines Geschmackes zuwieder, so können Sie alle Stunden 80. Tropfen von der Rosentinktur in einer Thasse kalten Wassers nehmen. Alle stopfende und anhaltende Mittel aber sind Ihnen höchst schädlich. Uebrigens thun Sie bey der eben vorgeschriebenen gelinden Kurart besser, wenn Sie lieber alles Ihrer Natur überlassen, als daß Sie sich durch eine übereilte Hilfe billigen und bittern Vorwürfen blos stellen. Denn da Sie einen solchen Blutfluß zuweilen im Anfange noch hemmen, und Ihre Leibesfrucht vom unzeitigen Abgange retten können, so wäre es nicht klug gehandelt, wenn Sie sogleich an aller Hilfe verzweifeln wollten.

Zehnte Abtheilung.

Von den untrüglichen Kennzeichen einer herannahen Geburtszeit.

Haben Sie die Zeit Ihrer Schwangerschaft, und alle darinn selbst gemachte oder zufälligerweise vorkommende Gefahren glücklich überstanden, so stellt sich endlich der erwünschte Zeitpunkt ein, in welchem Sie von Ihrer neun Monate lang getragenen Bürde befreyet werden. Es ist wahr, der donnerende schaudervolle Fluch des allmächtigen Schöpfers über die Mutter Eva und ihre Nachkömmlinge wird von der gehorchenden Natur auch bey noch so glücklichen Entbindungen vollzogen, aber eben dieser strafende Schöpfer, war auch zugleich der gütigste, denn er flößte Ihnen die wundervolle Eigenschaft ein, durch den hinreissenden Anblick des zärtlichen Blutpfandes der feurigsten Liebe die gewaltsamen Empfindungen der Natur zu entnerven. — und wie bald wird alles überstandene der Vergessenheit anheim gestellet? Da nun aber dieser Zeitpunkt für Sie Alle der wichtigste und angelegentlichste seyn muß und in der lezten Zeit Ihrer Schwangerschaft alles darauf ankömmt, daß Sie wissen, ob es nun auch ein wirklicher Ernst zur Geburt sey, so will

ich Sie nunmehr die untrüglichen Kennzeichen einer herannahenden Geburtszeit lehren.

Sie haben zwar ihre eigene Zeitrechnung, allein sie ist zuweilen so wunderlich und irregulär, daß man dadurch sehr betrogen wird. Die Geburt eines Kindes von neun Monaten fällt nicht ohne Unterschied auf jede Woche, oder auf jeden Tag; sondern vielmehr auf das Ende des neunten und den Anfang des zehnten Monats. Daher ist das für die gewisseste und richtigste Rechnung zu halten, wenn Sie auf die Helfte der Schwangerschaft, da sich das Kind in Ihrem Leibe zu bewegen anfänget, Achtung geben. Solches geschieht mehrentheils in der ein und zwanzigsten Woche. Von dieser Zeit fangen Sie am allersichersten die Rechnung der andern Helfte an, welche sich bis in die ein oder zwey und vierzigste Woche erstrecket. Nach gemachten Bemerkungen, kann man auch von der ganz genauen Zeit der Geburt behaupten, daß: wenn Sie währender Schwangerschaft vollkommen gesund gewesen, Sie auch niemals zu einer andern Zeit gebähren, als da der Mondwechsel eintritt, in welchem Sie sonst Ihre monatliche Reinigung gehabt haben. Und dieser Umstand trift gemeiniglich unfehlbar bey Ihnen ein, wenn Sie Ihren Monatfluß ordentlich bey einem Hauptwechsel des Mondes erlitten haben; so, daß die Zeit der Geburt von solchem Mondwechsel keinesweges abweichet, sonderlich wenn Sie Ihr

Monat-

Monatliches bey dem neuen oder vollen Monde erlitten haben. Man hat aber auch gleichfalls angemerket, daß die Geburten gegen den neuen und abnehmenden Mond allemal glücklicher von statten gehen, als kurz vor dem vollen Monde, wo sie sich über dem auch seltener zutragen. Wenn nun gleich dieses alles sehr richtig ist, so können Sie doch aus dieser mit der größesten Genauigkeit angestellten Zeitrechnung nicht den eigentlichen Tag oder die Stunde der Geburt bestimmen. Ueberdem kommen hierbey noch folgende Umstände in Betrachtung:

1. Spüren Sie zuweilen die Bewegung des Kindes schon in der achtzehnten oder neunzehnten Woche sehr merklich, und daraus muß sogleich ein Fehler in Ihrer Rechnung erwachsen.

2. Treibt die Natur Ihre Leibesfrucht zuweilen im siebenten oder achten Monate, ja wohl erst im zehnten, eilften Monate, und später, aus.

Wollten Sie nun auf die vollen vierzig oder zwey und vierzig Wochen warten, so würde man die frühe Niederkunft zu Ihrem und Ihres Kindes Schaden versäumen, und hingegen da, wo eine späte Geburt geschehen wird, würde man Sie zu früh zur Geburtsarbeit ohne allen Nutzen antreiben.

Da Sie sich also verrechnen können, und da es einige Umstände giebt, die in Ihrer

Rechnung eine Ausnahme machen, so muß ich Sie nunmehr mit sicherern Merkmaalen bekannt machen, damit Sie von der rechten Geburtszeit die völlige Gewißheit erlangen.

Die untrüglichen Erscheinungen, welche vor, in, und nach der Geburt sich zeigen, sind demnach folgende:

1. Einige Tage vor der Geburt empfinden Sie geringe Schmerzen in den Lenden, Ihr Bauch fällt etwas ab, der Muttermund verschwindet fast ganz, gleicht einem häutigen Sacke, und man merket, daß selber abwärts gegen die Beckenhöhle sich senke; Sie werden öfters gereizet den Harn zu lassen, verspüren einige Beschwerniß im Gehen, und aus der Mutterschiede fließet ein sehr schleimigter Saft.

Diese Zeichen sind Merkmaale der sich herannahenden Entbindung.

2. Wenn die Geburt in der That anfängt, so werden Sie mit Lendenschmerzen überfallen, welche etwas aussetzen, aber bald stärker wieder kommen, welche auch die Gebährmutter, und Ihren Bauch zusammenziehen; der Gebährmuttermund wird gemach mehr und mehr eröffnet; die mit dem Kindswasser angefüllte, und der in dieser Blase befindliche Scheitel des Kindes werden auf jede Wehe stäts, mehr und mehr herab in die Beckenhöhle gedrucket, Sie werden zu tiefen und starken Einathmungen gezwun-

zwungen. Ihr Puls schlägt völler und öfter, Ihr Angesicht erröthet, und schwitzet, die Schamtheile geschwellen etwas an.

3. Alle diese Erscheinungen werden nach und nach heftiger, Sie zittern am ganzen Körper, besonders an den Knieen. Der aus der Scham fließende Schleim führt röthlichte Streife mit sich; Sie werden zum heftigsten Zwang, den Athem einzuhalten genöthiget, und brauchen die Kraft Ihres ganzen Körpers die in der Gebährmutter enthaltene Theile herauszudrücken, gäh stürzet unter dem Entzweyreissen der Wasserblase, welche den Kopf des Kindes äußerst angespannt umgiebt, ein Theil des Kindswassers hervor: bald hernach wird der Kopf des Kindes unter den heftigsten Schmerzen außer der Mündung der Mutterscheide hervorgetrieben; welchem endlich der ganze Körper des Kindes sammt dem zurückgebliebenen Kindswasser folget.

4. Nun hören auf einmal alle Geburtswehen auf, und die langgewünschte Ruhe stellt sich wieder ein. Allein diese ist von kurzer Dauer; denn bald erheben sich wieder neue Wehen, welche dann den Mutterkuchen sammt den Häuten des Eyes, und der Nabelschnur, die man mit der Hand anziehen kann, heraustreiben. Nach dem Ausgang des Mutterkuchens fliesset rothes Blut durch etliche Tage aus der Gebährmutter, das nachgehends blutwässericht, und milchicht wird, und den Namen der Kind-

bett-

bettreinigung bekömmt. So viel von den sicheren Merkmalen der herannahenden Geburtszeit.

Wollen Sie aber von allen Vorwürfen frey seyn, so müssen Sie zu einer Zeit da Ihr Wohl und das Leben Ihres Kindes schlechterdings von der vernünftige Hilfe anderer Personen abhänget, allen Eigensinn, alle unnöthige Schamhaftigkeit, und allen Leichtsinn, von sich entfernen. Sie müssen lediglich der Hebamme oder dem Accoucheur gehorchen, und ihnen durch Widerspenstigkeit keine Hindernisse in den Weg legen, es sey denn, daß sie wirklich wider die bekannten Regeln Fehler begiengen. Bey herantretender Stunde der Geburt müssen Sie alles in Bereitschaft haben und mit der Hebamme und deren Gehülfen zur rechten Zeit versorget seyn, damit Sie nicht in die Verlegenheit kommen, daß Sie keine Leute zum helfen haben, wenn die Geburt schleunig herantritt. Gegentheils aber müssen Sie auch die Hebamme nicht zur Uebereilung zwingen, daß Sie zu früh zu Werke gehet, denn eine solche Unbesonnenheit wird gemeiniglich mit erschrecklichen Zufällen bestrafet. Endlich ermahne ich Sie auch, daß Sie in den letzten Wochen Ihrer Schwangerschaft die Hebamme etlichemal zu sich forderen, und verstatten, damit selbige durch öfteres Touchiren einen vollkommenen Begriff von der Lage Ihrer Leibesfrucht erlangen, ihre Maaßregeln darnach nehmen, und zur ordentlichen Zeit die Stunde der Geburt bestimmen könne.

könne. Dit Lage Ihrer Leibesfrucht ist sehr mannigfaltig, und die verschiedenen Wendungen derselben sind eben so abwechselnd. Die Hebamme muß vorher davon unterrichtet seyn, wenn sie sich einen glücklichen Erfolg bey der Entbindung versprechen will. Diejenigen Frauen also, die schlechterdings nicht leiden, daß sie von der Hebamme eher berühret werden, als bis sie auf dem Hebammenstuhl sitzen, und auch hier noch wohl böse werden, wenn die vorsichtige Hebamme nicht sogleich zur Arbeit schreitet, handeln äußerst läppisch, und die Schamhaftigkeit, die sie dabey beweisen, ist so thöricht, daß man ohne Verdruß nicht daran gedenken kann. Ueberlegen Sie nur selbst, wie einer Hebamme zu Muthe seyn muß, die da helfen soll, wo sie vorher weder von der Lage des Kindes, noch von seinen Wendungen deutlich überzeuget worden? Sie muß auf Gerathewohl zu Werke gehen, und, wenn es gut gehet, unschuldigerweise mit unverdienten Lobeserhebungen, die nicht ihr sondern der natürlichen Geburt zukommen, nach Hause gehen. Wenn es aber schlimm abläuft, muß sie alle Schuld, alle Verbrechen, auf sich nehmen, und Schmähworte zum Lohne ihrer sauren Arbeit davon tragen. Ereignet sich eine widernatürliche Geburt, und fällt solche unglücklich aus; so ist die Hebamme unschuldig, weil die Gebährende nicht gelitten, daß sie vorher zufühlen durfte. Sie kann sich alsdenn unmöglich so gleich in diese Verlegenheiten finden, und wird die

Schande

Schande mit dem Accoucheur theilen müssen, der zu spät herbeygerufen wird. Ganz anders aber wird es ausfallen, wenn die Hebamme mit Ihnen vorher in Bekanntschaft gestanden, und sich durch fleißige Untersuchung von der Lage Ihres Kindes hinlänglich unterrichtet hat; sie lernet dadurch zum voraus, wie das Kind in die Geburt treten werde; und sie weiß vorher, ob diese Geburt leicht oder schwer, natürlich oder widernatürlich, seyn werde. Sie kann den Hindernissen, die sich etwa ereignen, bey Zeiten abhelfen, und durch geschickte Handgriffe die Geburt erleichtern. Sie kann endlich, wenn ihr der Umstand zu bedenklich scheinet, und wenn sie Schwürigkeiten besorget, denen sie nicht genug gewachsen ist, einen erfahrnen Accoucheur noch zur rechten Zeit zu Rathe ziehen, und mit vereinigten Kräften die dienlichsten Anstalten zur glücklichen Entbindung vorkehren.

Die falschen oder wilden Wehen tragen gar nichts zur Geburt bey. Sie bestehen in einem Reissen, Drücken, Ziehen und Spannen Ihres Unterleibes und Ihres Kreuzes, und sind allemal mit einem starken Poltern und Murmeln der Gedärme verknüpfet. Sie lassen sich durch ein erweichendes Klystier aus römischen oder gemeinen Chamillen, mit gestoßenem Kümmel im Wasser gekocht, und etwas Seife darein gethan, leicht heben. Die wahren Wehen aber werden durch solche Klystire noch heftiger.

tiger. Da nun die falschen Wehen von den Blähungen ihren Ursprung nehmen, so werden Sie auch desto öfter und empfindlicher von diesen falschen Wehen gequälet, je weniger Sie Ihre Gedärme rein halten, und je schwächer Ihr Magen ist. Aus dieser Ursache leisten Ihnen die gelind laxirenden Mittel aus Rhabarber und dem Englischen und Seignette Salze während Ihrer Schwangerschaft so herrliche Dienste, daß sie deßwegen nicht erst ein Consilium einholen dürfen. Der Gebrauch der Manna und Sennetblätter aber ist Ihnen nicht dienlich.

Eine wahre Wehe hingegen ist ein Schmerz, der in Ihrem Kreuze und Rücken anfängt, sich nach Ihrem Leibe herüber, und bis in Ihre Schooß ziehet. Dabey bekommen Sie meistens ein Zittern und Beben in Ihren Füßen und Schenkeln, und zuweilen auch in Ihren Händen und Armen. Stellt sich nun eine wahre Wehe ein, so warten Sie ihr ordentlich ab, und halten Sie Ihren Athem, so lange die Wehe währet, fleißig an sich. Können Sie solches nicht, weil die Wehe zu lang dauert; so müssen Sie sich in acht nehmen, daß Sie ihn nicht schnell und auf einmal von sich lassen. Denn sonst gehet die Wehe fruchtlos vorüber, und die gute Wirkung, welche sie bereits gethan, wird wieder hintertrieben; indem Ihre Gebährmutter, welche von einer starken Wehe zusammengezogen wird, sogleich schlaff

wird, wenn Sie denn Athem gähling von sich lassen: Ihr in dem offenen Muttermunde bereits gestandenes Kind tritt hierauf wieder zurück; es werden neue Wehen erfordert, und Sie müssen von vornen wieder anfangen. Ueberhaupt kömmt bey natürlichen Geburten das Meiste auf die gehörige Abwartung der Wehen an; und Sie tragen insoweit das Ihrige dazu bey, daß Sie sich durch Ihre Kraft helfen. Die Kunst thut oft wenig oder nichts dazu, außer, daß zuweilen einige kleine Hindernisse weggeräumet werden müssen.

Die Fälle, wo Sie während der Geburt Ihrer Natur mit Arzneyen zu Hilfe kommen müssen, sind:

1. Wenn die wahren Wehen nicht recht erfolgen wollen.

2. Wenn die wilden Wehen Ihnen zu viel zu schaffen machen.

Mangelt es Ihnen zur wirklichen Geburtszeit an Wehen, so ist entweder eine Vollblütigkeit, oder eine Schwäche Ihres Körpers daran schuld.

Ist Ihr Körper sehr vollblütig, so sind die Wehen zwar häufig, und setzen bey Ihnen oft an. Aber sie lassen bald nach, und sind nicht anhaltend genug; so, daß selbige schon vorüber sind, wenn Sie sich am beßten helfen wollen.

Die

Dieses Uebel verursachen die von Ihrem Blute zu sehr angefüllten Gefäße der Gebährmutter. Selbige widerstehen den Krämpfen der Gebährmutter, und dehnen sie, wenn sie auch zusammen gezogen worden, bald wieder aus. Deshalben können Sie sich auch, wenn Sie vollblütig sind, Ihre Geburt sehr erleichtern, wenn Sie während der Schwangerschaft öfters zur Ader gelassen haben. Wollen aber, entweder weil Sie das öftere Aderlassen versäumt haben, oder weil Ihre Vollblütigkeit zu groß ist, keine recht anhaltende Wehen in der Geburt erfolgen, so müssen Sie sich sogleich, weit entfernt daß Sie sich zur frühzeitigen Arbeit, welche alles verdirbt, anstrengen, oder sich verderbliche hitzige Hilfsmittel einschwatzen lassen sollten, eine Ader am Arm öffnen lassen, welche der Entzündung und Verstopfung vorbauet, die Schmerzen stillet, die Theile erweichet, und alles zu einem günstigen Anscheine bringet. Keine Arzneyen aber haben Sie in diesem Fall gar nicht nöthig, weil das Aderlassen den Zweck allein befördert. Am wenigsten aber finden hier die hitzigen und wahrhaftig zerstörenden Mittel, als der Wein, Zimmetwasser u. s. w. statt. Wollen Sie aber den versüßten Salpetergeist ganz allein brauchen, so wird er Ihnen gute Dienste leisten; denn er wirket, wenn er mit keinen andern Sachen vermischet ist, allemal ohne Schaden, ohne Heftigkeit, ohne Erhitzung.

Die Schwachheit und Entkräftung Ihres Körpers kann herrühren, entweder weil Sie

zu jung zur Geburtsarbeit sind, oder einen kränklichen Körper haben, oder aber vor der rechten Zeit so stark angegriffen worden, daß Ihnen die Kräfte bey wirklich eintretender Geburt fehlen. In diesem Fall sind Ihnen äußerliche sehr reizende und innerliche ungemein hitzige und starke Arzneyen höchst schädlich; nachstehendes gelind stärkendes Mittel aber sehr dienlich:

Nimm versüßten Salpetergeist ein Loth.
Destillirtes Citronenöl zehn Tropfen.
Mische alles wohl untereinander.

Von diesem herrlichen Mittel belieben Sie einigemal hintereinander 20, 25, bis 30. Tropfen auf Zucker mit ein wenig Wasser zu nehmen.

Wilde Wehen vermischen sich oft bey der Geburt mit den wahren Wehen, und hindern deren gute Wirkung. Daher ist es oft nöthig, diese unzeitigen Wehen zu bändigen. Diese Absicht zu erreichen, hat man unendlich viele Mittel erdacht, davon die wenigsten von der Beschaffenheit sind, daß sie Ihnen mit Sicherheit und wahrem Nutzen können gereichet werden. Der innere Gebrauch der hitzigen Gewürze, als der Gewürznägelein, Muscatblumen und Nüsse, des Zimmets und Zimmetwassers, und der abgezogenen spirituösen Wasser ist Ihnen schädlich. Hingegen können Sie zur Vertreibung der wilden Wehen mit

Muscatblüht eingeräucherte Tücher äußerlich auf Ihren Bauch legen lassen, innerlich aber nachstehende Tropfen einnehmen:

Nimm versüßten Salpetergeist ein Loth.
Melissenessenz.
Chamillenessenz von jedem ein Quintlein.
Destillirtes Citronenöl vier Tropfen.
Destillirtes Krausemünzöl zwey Tropfen.
Mische alles wohl untereinander.

Von diesem Mittel belieben Sie alle zwey Stunden 30. Tropfen mit Zucker und Wasser zu nehmen.

Uebrigens aber ist Ihnen der Gebrauch der Arzneyen allemal schädlich, wenn Ihre Natur sonst das Ihrige gebührend thut, und Sie daher hoffen können, daß alles von sich selbst nach Wunsche gut ablaufen werde. Denn wenn Ihr Körper von selbst hinlängliche Kräfte hat, so ist es unnöthig, die Bewegungen Ihrer Natur durch Arzneyen zu vermehren. Diejenigen Arzneyen, die eine besondere Kraft besitzen sollen, unmittelbar auf Ihre Leibesfrucht zu treiben, selbige zu stärken und die Geburt zu befördern, standen freylich ehemals, und noch heut zu Tage, aber nur bey denjenigen Aerzten, welche unter die Klasse der Schöpsen gehören, in großem Ansehen. Itzt verdienen

sie mit dem größten Rechte die Verachtung aller vernünftigen Aerzte. Sie leisten nichts weniger, als daß sie Ihren Körper stärken, und die Geburt erleichtern. Vielmehr machen sie die Geburt schwerer, sie bringen Ihr Blut in die stärkeste Wallung, entkräften Ihren Körper, und verletzen Ihre Eingeweide. Weil sie eine größere Menge Bluts nach Ihrer Gebährmutter treiben, so halten sie die wahren Wehen zurück, machen Blutstürzungen, faule Fieber, Entzündungskrankheiten und Schmerzen, welche die Raserey und den Tod nach sich ziehen.

Bekanntermassen können Sie Ihr Kind entweder auf dem Hebammenstuhle, oder im Bette gebähren. Bey diesen zwey Arten ist die Stellung und das Lager Ihres Körpers verschieden, und es werden nach dieser Verschiedenheit mehr oder weniger Gehülfen erfordert. Ich kann Ihnen hierinn keine Lehre ertheilen, weil die Hebamme oder der Accoucheur, nach Beschaffenheit der Umstände, das Lager am beßten müssen zu bestimmen wissen. Aber das bitte ich Sie, so bescheiden zu seyn, und der Hebamme oder Accoucheur zu willfahren, wenn sie eine oder andere Stellung für bequemer und schicklicher hält. Sie müssen sich ferner auch nicht widersetzen, wenn Ihnen, nach Gutbefinden der Hebamme oder des Accoucheurs, von einer eigenen starken Person der Kopf, oder die Füße, fest gehalten werden müssen. Solches geschieht einzig und allein zu Ihrem Beßten,

ten, weil Sie, wenn Sie den Kopf bey der Geburtsarbeit zu sehr nach hinten beugen, leicht einen dicken Hals davon tragen, oder Zeitlebens ein Zittern in den Füßen behalten, wenn Ihnen selbige währender Geburt, nicht festgehalten werden.

Uebrigens wünsche ich Allen meinen schätzbarsten Leserinnen! so oft Sie sich gesegneten Leibes befinden, jederzeit eine glückliche und baldige Entbindung; und daran wird und kann es Ihnen auch nicht fehlen, wenn Sie Ihre Kräfte weder durch physische Vergnügungen noch bey andern Gelegenheiten erschöpft haben. Mit einem Wort, wenn Sie die Lebensart beobachtet haben, die ich Ihnen in zerschiedenen Abtheilungen vorgeschrieben habe, so haben Sie auch alle gegründete Ursache zu hoffen, Ihre Natur werde wirksam genug und Ihre Entbindung höchst glücklich seyn. Ihre mütterliche Zärtlichkeit und eheliche Liebe zeigt sich sodenn in diesem Augenblick in ihrem stärksten Grad. Sie heften ein Auge voll Wollust auf die Frucht Ihrer ausgestandenen Leiden, und auf Ihren Mann, der der Zeuge und die Ursache derselben war; und das Vergnügen, das Sie nun schmecken, vertilgt völlig die Erinnerung Ihrer ausgestandenen Schmerzen. Und — welche Wonne für Ihr mütterliches Herz, wenn Ihr Mann sodenn das theure Ehepfand Ihrer wechselseitigen ehelichen feurigen Liebe auf seine Arme nimmt, es liebkoßt, herzlich küßt, und

unter sanfter Anstimmung nachstehenden Wiegenliedes es einschläfert:

Sie, beßtes Kind, die dich gebahr,
War auch ein liebes Kind,
Schön, wie der Vollmond und sie war
Roth, wie die Rosen sind.

Geduldig wie ein Schäfchen lag
Das Engelchen und schlief
Bis an den Morgen bis der Tag
Die Nachtigallen rief.

Sie wuchs wie Veilchen in die Höh
Von Zephirn oft geküßt,
War munter wie ein kleines Reh.
Und artig, wie du bist.

Ein Wink des gütigen Papa
War ihr wie ein Befehl,
Sie folgte gleich, sah die Mama
Zum kleinsten Fehler scheel.

In frommer Unschuld wuchs sie auf,
Der Tugend ståts geneigt:
Dann führte Gott den Tag herauf,
Den Tag, dem keiner gleicht.

Den Tag, an dem die Liebe Dir
Die beßte Mutter gab.
Mit ihr, der Weiber Ruhm, kam mir
Mein grôßtes Glück herab.

Werd' fromm und tugendhaft wie Sie
Die dich als Mutter küßt
Dann wirst du einst, es reut dich nie,
So glücklich als Sie ist.

Schlaf sanft, gewiegt von Engeln ein,
Der Himmel segne dich:
Von ihm gesegnet müsse seyn
Du Kind; Mama, uud ich.

Ich kann diese Abtheilung unmöglich schließen, ohne Ihnen annoch eine kleine Erinnerung mitzutheilen, welche allbereits schon Epiktet den Aeltern gegeben hat; er sagt nämlich:

So oft du dein geliebtes Kind küssest, so bedenke, daß du einen sterblichen Menschen herzest.

In der ersten Kindheit und im hohen Alter übt der Tod gemeiniglich seine größte Gewalt aus, und nirgends ist auch die Hilfe der Aerzte mißlicher, als hier, wo sich ihr tausend Schwierigkeiten in den Weg legen. Darum sollten die Aeltern billig nicht gleich von der Geburt anfangen, ihre Kinder als ein Eigenthum zu betrachten, von dessen Besitze sie gewiß wären: denn es ist allzu wahrscheinlich, daß sie sie nicht behalten.

Böser Mann! werden Sie mir vielleicht antworten, wie kannst du verlangen, daß wir

durch diese schreckliche Ahndung das süsse Vergnügen vergiften sollen, daß doch in unsern Herzen die reine Natur ist?

Sie haben vollkommen recht, der Auftrag ist sehr unangenehm; und ich empfinde die tiefe Wunde selbst, die ich dadurch Ihnen ins Herz drücke. Allein Vernunft und Klugheit erfordern, daß Sie sich zeitig gegen allzu wahrscheinliche Unglücksfälle waffnen, damit Sie ihr Ueberfall in Ihrem Harnische finde. Sie mögen für das Scheinglück und für die beglückenden Irrthümer mit noch so günstigen Vorurtheilen eingenommen seyn, so müssen Sie ihnen doch nie so viel Blöße geben, daß Sie der Zufall, der sie Ihnen raubt, zur Verzweiflung bringen könnte. Dieses geschieht aber unfehlbar bey einer allzu sichern Zärtlichkeit gegen Ihr Kind, daß Ihnen der Tod, an den Sie sich vorher nie zu denken getrauten, mit barbarischer Faust aus dem Innwendigen Ihres Herzens herausreißet. Mir sind Mütter bekannt, die bey solchen nie vermutheten Anfällen plötzlich ihren Verstand, ja wohl gar ihr eignes Leben verlohren haben. Solche betrübte Folgen fließen aus einer übertriebenen Zärtlichkeit und unvorsichtigen Liebe, die dadurch aufhört, eine Tugend zu seyn; ja, die nicht einmal mehr entschuldigt werden kann, sondern ein wahres Verbrechen gegen sich selbst und gegen den Staat ist. Sie sind nicht nur verbunden, getreu, sondern auch klug zu lieben.

Die treue Liebe sieht auf nichts, als das
Geliebte:

Die kluge hätte mit auf die Gefahr gesehn.

Es ist unumgänglich nöthig, daß Sie sich Ihren Trieben so viel möglich widersetzen, weil sie nie unterlassen, Sie unglücklich zu machen, und ganz zu ruiniren, wenn Sie ihnen einmal die unumschränkte Herrschaft eingeräumet haben. Um deßwillen muß ich auf Epiktets Rath bestehn, ob ich gleich das unbeschreibliche Vergnügen in Ihrer zärtlichen Brust nicht tadeln kann, das Ihnen die Natur im Anblicke Ihres geliebten Kindes zubereitet hat:

Nur unterbrech Ihre Freuden ein heimlicher
Schauer,

Und der Gedanke der Sterblichkeit blitz' in die
Lust!

Geschieht dieses zum öftern, so wird Ihnen nicht allein die Ahndung des Verlusts nach und nach erträglicher, sondern Ihr Gemüth gewöhnt sich sogar an diese Würze des Vergnügens; und dann erkennen Sie erst, daß sie Ihnen unentbehrlich sey.

Ich will aufhören, von dieser betrübten Sache zu reden, wiewohl ich wünsche, daß das, was ich itzt gesagt habe, in den Gemüthern zärtlicher Mütter einen bleibenden Eindruck

druck machen möchte. Da es aber auch Mütter giebt, die über alle diese Schwierigkeiten hinweg sind, weil sie an ihren Kindern kein solches Kleinod finden, dessen Verlust sie sehr ängstigen sollte; so muß ich diesen sagen, wenn sie gegenwärtige Ermahnungen nicht nöthig haben, daß die folgenden noch kommenden desto mehr für sie seyn werden, weil die natürliche Liebe bey ihnen nicht stark genug ist, um sie zur gehörigen Pflege und Abwartung dieser armen hilfsbedürftigen Geschöpfe aufzumuntern. Ich werde die Lebensordnung neugebohrner Kinder aufs deutlichste lehren, und wünsche recht herzlich, daß man diese Regeln bey der Erziehung junger Kinder zu allgemeinen Maximen machen möchte, weil nichts gewißer ist: **als daß die meisten Kinder aus Verwahrlosung umkommen müssen.**

Eilfte Abtheilung.

Von dem gehörigen Verhalten der Kindbetterinnen.

Da Sie währender Geburt manchen Angstschweiß ausgestanden haben, vom Wasser, und von dem aus der Gebährmutter hervorquillenden Geblüthe ganz befeuchtet sind, so müssen Sie sich so fort in ein warmes Bette bringen, ein neues gewärmtes Hemde anziehen,

und vor aller kalten Luft bewahren lassen. Denn eine hinzudringende kalte Luft würde Ihnen nun höchst empfindlich fallen, und eine schleunige Verstopfung der Kindbettreinigung, gichterische Bewegungen, Entzündung der Eingeweide, heftige Fieber, und einen schnellen Tod, zuziehen. Ihren Leib binden zu lassen, ist eine unnöthige Sache; wollen Sie aber doch den alten Gebrauch beobachtet wissen, ohngeachtet es zu gar nichts dient, so kann man Ihnen wohl den Leib mit einer Serviettenbinde, doch aber nicht feste binden, massen sonst dadurch die Kindbettreinigung verhindert werden kann. Die Erfahrung lehret, daß durch das Binden Ihr Leib nicht eingezogener und eben nicht geschickter wird, als wenn keine Binden wären angeleget worden, dieses aber wollen sich viele unter Ihnen nicht ausreden lassen. Nun müssen Sie sich eine bequeme Lage verschaffen, welche dem Abgange des rückständigen Geblütes, und überhaupt dem freyen Umlaufe des Blutes durch Ihren ganzen Körper, beförderlich ist. Sie müssen halbsitzend auf dem Rücken, mit dem Kopf und Schultern nicht zu niederig, auch nicht gar zu hoch, mit Ihren Füßen gleich aus, und nicht zu weit ausgesperrt, liegen. Viele Hebammen lassen ihre Frauen mit dem Hintersten tief, und mit den Füßen hoch liegen, damit das Herzgeblüt nicht mit fortgehe. Diese Meynung ist aber höchst thöricht; denn es muß ja alles Geblüt durch das Herz gehen. Diese Lage selbst

aber

aber ist Ihnen wirklich schädlich, weil sie den Ausfluß des rückständigen Geblütes, das doch schlechterdings fort muß, verhindert. Und da hierbey Ihr Kopf zu niedrig lieget, so müssen Kopfschmerzen, Schwindel und Lähmungen daraus entstehen.

Ihr Kindbettzimmer muß nicht zu enge, zu niedrig, zu helle, zu kalt oder zu heiß seyn. Die beßten Kindbettzimmer sind die, deren Fenster nicht auf die Straße gehn, indem Sie, da Sie empfindlicher als andere Personen sind, leicht durch das Geräusch, Fahren, Geschrey und Lermen so auf der Straße geschieht, können beunruhiget und erschreckt werden. Auch ist es sehr gut, wenn Ihr Kindbettzimmer über einem andern Zimmer, welches geheitzet wird, steht, damit der Fußboden nicht allzu kühl bleibt, und Ihnen, wenn Sie anfangen aufzustehen, die sonst kühle Luft, so Ihnen von dem Fußboden an die Schenkel und an den Unterleib schlagen könnte, leicht Schaden bringen würde. Wenigstens müssen Sie dicke Matratzen unterlegen lassen, worauf Sie zu stehen oder zu gehen kommen. Höchst schädlich ist es Ihnen auch wenn der Fußboden Ihres Kindbettzimmers, nach der eingeführten äußerst verdammungswürdigen Mode, öfters gewaschen und gescheuert, oder die Wäsche und Windeln in Ihrem Kindbettzimmer gewaschen, und wohl gar zum trocknen aufgehängt werden.

Die Luft in Ihrem Kindbettzimmer muß gemäßigt, rein, und von allen bösen Dünsten frey seyn. Ihr Bette muß so stehen, daß weder bey Oefnung der Thüren und Fenster ein Zug darauf stoße, noch eine kalte feuchte Wand dasselbe berühre. Deßwegen kann in Ihrem Kindbettzimmer vor die Thüren ein Schirm gesetzet werden, damit die kühle Luft von ein- und ausgehenden Personen nicht zu sehr an Sie anfalle. Ihr Deckbette muß sehr leicht, und nicht schwer, auch nicht mit allzu vielen Federn ausgestopft seyn. Im Winter müssen Sie Ihr Kindbettzimmer nur ganz gelinde heitzen lassen. Eine mäßige Wärme ist die angenehmste und beßte für Sie, weil Sie in diesem Zustande ohnedem ein wallendes Blut haben. Ist aber Ihr Kindbettzimmer zu stark eingeheitzet, so wird das Feuer Ihres Blutes auch stärker und Sie leiden starke Kopfschmerzen, hitzige Fieber, Blutflüsse und Friesel. Wenn diese Krankheiten schon aus andern Ursachen erzeuget worden, so können Sie doch leicht einsehen, daß sie durch eine übermäßige Zimmerhitze vermehret, unterhalten, und gefährlicher gemachet werden müssen. Die Luft in Ihrem Kindbettzimmer verliert endlich Ihre zum freyen Athemholen erforderliche gute Beschaffenheit, wenn sie nicht zuweilen verändert und erneuert wird. Deßwegen ist es gut, daß Sie auch selbst im Winter etwas frische Luft durch eine geöffnete Thüre, oder auf sonst eine andere Art, wobey Sie keiner Zugluft ausgesetzet

setzet sind, hereinlassen. In heissen Sommertagen können Sie ohne die mindeste Gefahr ein Fenster den Tag über offen stehen lassen.

Zu aller Zeit aber müssen Sie die Erkältungen scheuen. Ihr Körper ist sehr empfindlich, und die geringste Kälte bringet demselben großen Schaden. Sobald Sie entbunden worden hänget das Wohl Ihrer Gesundheit von der ungehinderten sanften Ausdünstung Ihres Körpers, und von dem ordentlichen Abgange Ihres Geblütes, ab. Beydes aber wird durch die Kälte in Unordnung gebracht. Vornämlich müssen Sie Sorge tragen, Ihren Unterleib und die Geburtstheile wider die Kälte zu bewahren. Denn, wenn selbige auf diese Theile wirket, so tritt das fließende Geblüt zurück, Ihr Leib schwillt auf, und Sie fühlen die schmerzhafteste Kolick. Wird darauf diesen Uebeln nicht geschwind genug abgeholfen, so verfallen Sie in mit Raserey verbundene Entzündungskrankheiten. Verfallen Sie von selbst in einen Schweiß, so müssen Sie ihn durch Entblößung, kaltes Trinken und dergleichen nicht verhindern, sonsten entstehen davon gefährliche Fieber. Sie müssen ihn aber auch nicht durch schwere Better, heißes Zimmer, und beständig heißes Trinken, mit Gewalt heraustreiben wollen, maßen sonst dadurch Ihre Reinigung ebenfalls verhindert und ein unnöthiger Ausschlag und Fieber verursachet wird. Endlich müssen keine fremde Dünste die Luft Ihres Kindbettzim-

zimmers vereinigen. Alles, was einen durchdringenden, den Kopf einnehmenden, oder stinkenden Geruch hat, müssen Sie von sich entfernen lassen. Ich habe Sie schon oben vor der Schädlichkeit des Kohlendampfes, und dem Dunste der wohlriechenden Kräuter und Blumen, gewarnet. Als Kindbetterinn sind Sie noch viel zärtlicher und weit empfindlicher, und Ohnmachten, Beängstigungen, und andere Beunruhigungen, würden die Folgen einer solchen Unachtsamkeit seyn.

Eine Kindbetterinn ist als eine Verwundete zu betrachten. Ihr Körper muß daher keine starke Nahrung, keine hitzige und kräftige, sondern wenige und leicht verdauliche dünne Speise bekommen. Der Grundsatz ist höchst falsch, daß Sie durch viele und gute Nahrung Ihre Kräften geschwind ersetzen müssen, welche Sie in der Geburtsarbeit und durch den Abgang Ihres Blutes verlohren haben. Es schleichen manche Krankheiten mit ein, welche es nothwendig machen, Ihren Körper nicht sehr zu nähren. Liegen Sie währender Kindbett an einem hitzigen Fieber, Friesel, oder an starken Blutflüssen krank darnieder, so vermehren Sie diese Krankheiten durch eine starke Ernährung Ihres Körpers, indem Sie die Menge des Blutes und der Unreinigkeiten häufen. Durch die sogenannten Kraftbrühen aber, vornämlich durch Weinsuppen und fette starke Brühen, locken Sie diese Krankheiten, wenn

Sie noch nicht da sind, in voller Größe herbey. Diese Speisen machen einen starken Reiz in Ihren Nerven; sie setzen Ihr Blut in einen wallenden Umtrieb; sie erhitzen Ihren ganzen Körper. Kann solches gute Folgen haben, da Sie als eine Kindbetterinn ohnedem äußerst empfindlich sind, und da Ihr Blut zur Hitze und zu unruhigen Bewegungen gar leicht incliniret?

Auch die salzigten und gewürzten Speisen sind Ihnen sehr schädlich. Die harten und alle diejenigen Speisen, die starke Verdauungskräfte erfordern, werden Ihnen ohnehin nicht aufgetragen, weil es bekannt genug ist, daß Sie einen schwachen Magen haben. Und eben deßwegen müssen Sie sich auch vor dem Ueberfluße hüten. Niemand, als eben Sie, hat mehr Ursache, sich der Mäßigkeit zu bestreben.

Nun können Sie leicht entscheiden, welche Speisen Ihnen am dienlichsten sind, ich habe sie Ihnen allbereits schon überhaupt genennet. Zuförderst aber müssen Sie die Regel wohl merken:

Daß eine Kindbetterinn, wenn sie auch vollkommen gesund schiene, in den ersten Wochen keine Speisen genieße, welche viele Nahrung und viel Blut geben.

Sie werden durch Befolgung dieser Regel das Milchfieber geringer machen, das Vielen so fürchterlich ist, und doch wirklich bey einem guten Verhalten nicht viel bedeutet. Sie werden allen Beschwerden vorbeugen, welche aus der Vollblütigkeit entstehen.

Sobald Sie demnach nach der Geburt ins Bette gebracht worden, so können Sie sich eine magere Fleischbrühe geben, und wider in drey Stunden eine dünne Suppe reichen lassen; dergestalt, daß Sie die ersten Tage Ihres Wochenbettes zweymal Suppe und zweymal magere Fleischbrühen, und des Nachts wenn Sie erwachen, einmal dergleichen bekommen. Haben Sie das Milchfieber überstanden, und ist kein Fieber weiter vorhanden, so sind Ihnen nachstehende Speisen am zuträglichsten:

Dünne Biersuppen.

Reißpanade.

Zerlassener Reißschleim.

Die aus Habergrütze, Perlgraupe, und feinem Grieß mit Wasser, oder dünner Fleischbrühe ausgezogenen Schleime.

Dünne Kalbfleisch- oder Hühnerbrühe mit Kräutern und Wurzeln.

Etwas Kalbfleisch oder Rindfleisch.

 Klei-

Kleine Bratfische.

Gebratene kleine Vögel, junge Hühner, Tauben und dergleichen.

Etwas frisches Obst.

Gekochte Pflaumen oder Prunellen.

Die in meinem medicinischen Kochbuche beschribenen Speisen. Numero 30. 31. 32. 47. 48. 49. 57. und 61.

Bey einer solchen dünnen und mäßigen Nahrung werden Sie, da Sie ohnehin im Bette liegen und gar keine Bewegung Ihres Körpers vornehmen können, noch dürfen, ihre sechs Wochen am gesündesten zurücklegen. Alles fette Fleisch, fette und nahrhafte Brühen, Weinsuppen, und gewürzte Speisen sind Ihnen in den ersten Wochen äußerst schädlich. Gehen Sie wiederum im Zimmer herum, so können Sie sich in der Wahl der Speisen mehrere Freyheit nehmen.

Die hitzigen Weine und starken Biere, wie auch der Schokolate sind die Mordgetränke, welche schon eine äußerst große Menge von Kindbetterinnen dem Tode überliefert haben. Ihre größte Sorge muß dahin gehen, die Entzündungen Ihres Blutes zu verhüten, und diese werden ja am leichtesten durch hitzige Ge-

tränke erreget. Folgende Getränke hingegen sind Ihnen sehr gesund:

Chamillenthee.
Schafgarbenthee.
Dünner Kaffee.
Gerstenwasser.
Mandelmilch.
Limonade.
Wasser mit Citronen und geröstetem Brode.
Wasser mit Moselwein vermischt.
Die in meinem medicinischen Kochbuche beschriebenen Getränke. Numero 45. und 46.

Bey großer Schwachheit aber, und wenn kein Fieber vorhanden ist, so empfehle ich Ihnen besonders die in meinem medicinischen Kochbuche Num. 2. 43. 45. und 56. beschriebenen Getränke.

Die Leibesöffnung muß bey Ihnen seine gehörige Ordnung haben, und solche verrichten Sie die ersten Tage besser im Bette, in ein untergeschobenes Gefäße. Sollten Sie aber solche auf diese Art nicht verrichten können, und Sie müßten sich eines Leibstuhles bedienen, so

müssen Sie nicht mit bloßen Füßen und bloßem Leibe, außer dem Bette sich befinden; in den Leibstuhl müssen Sie warmes Wasser gießen lassen, und der Sitz, worauf Sie sich setzen, muß auch gewärmet seyn. Sollte Ihr Leib sich von der Geburt an bis zum dritten Tage nicht von selbst öffnen, so müssen Sie sich ein erweichendes Klystier beybringen lassen, wodurch nicht allein Ihr Leib eröffnet, sondern auch die Hitze, welche nach der Geburt, und sonderlich beym Milchfieber sich ereignet, sehr vermindert wird.

So lange Sie schwanger sind, ist Ihnen die Bewegung nützlich, und die Ruhe schädlich. Wenn Sie in der Kindbett liegen verhält es sich umgekehrt. In den ersten Tagen zwinget Sie der Mangel Ihrer Kräfte von selbsten, das Bette zu hüten. Die Ruhe gereichet Ihnen aber zu dieser Zeit nicht blos zur Erquickung, sondern auch dazu, daß Ihr wallendes Blut allmählig besänftiget, die Gebährmutter von ihren kleinen Verletzungen, durch Hilfe der ungestörten Natur, ausgeheilet, und der Fluß Ihres Geblütes ungehindert erhalten werde. Daher müssen Sie stille und ruhig liegen, und nicht durch ungestümes Hin- und Herwerfen im Bette, durch vieles Reden und Schreyen, Ihr Blut erhitzen. Sie müssen nicht durch viele Visiten beunruhiget werden. Alles dieses bringet Ihre Wochenreinigung in Unordnung, und giebt zu fieberhaften Bewe-

gun-

gungen Anlaß. Es kömmt auch während dieser Zeit auf eine gute Ausdünstung viel an. Selbige können Sie nun am beßten durch die gelinde Bettwärme unterhalten. Dadurch wird auch das Milchfieber sehr gemindert, und weniger beschwerlich gemachet. Diese gelinden Schweiße müssen Sie jedoch lediglich von der Natur durch ein ruhiges Verhalten erwarten, und keinesweges durch hitzige Arzneyen und warme Weinsuppen, wie an einigen Orten gebräuchlich ist, hervorlocken. Nun können Sie leicht begreifen, wie gefährlich das leichtsinnige Verfahren sey, wenn Sie Ihren entkräfteten Körper Ihrer flüchtigen Seele zu folgen zwingen; ich meine, wenn Sie das Bette schon am vierten Tage verlassen, im Hause herumgehen, oder sich wohl gar aus dem Hause in die kalte Luft begeben. Diese Bewegungen, die Ihnen zu einer andern Zeit ein Mittel zur Stärke und Gesundheit seyn würden, arbeiten itzt auf die Zerstöhrung und Entkräftung Ihres Körpers. Diejenigen unter Ihnen, welche solchergestalt ihrer vermeinten starken Natur Troz biethen, übertreiben ihre natürlichen Kräfte, und setzen ihren empfindlichen Körper allerley Erkältungen zu frühzeitig aus. Daher bringen sie nicht allein die Kindbettreinigung in die größte Unordnung, sondern machen auch in sich die Ursachen zur Engbrüstigkeit, zu den heftigsten Mutterbeschwerungen, zur Schwindsucht und Hecktick reif. Sie müssen daher wenigstens die ersten neun Tage

beständig im Bette bleiben, nachher können Sie mit gelinden Bewegungen in Ihrem Zimmer anfangen, einige Stund lang auf einem Lehnsessel oder Kanape sitzen, und allmählig Sich das Bette immer mehr und mehr abgewöhnen. Nicht eher aber, als nach der dritten oder vierten Woche, müssen Sie sich in die freye Luft wagen.

Recht überflüßig wäre es, wenn ich Ihnen mit vielen Worten beweisen wollte, daß die Leidenschaften auch den Kindbetterinnen den größten Schaden, die elendesten Krankheiten, den jämmerlichsten Tod bereiten. Nicht wahr! Sie sind selbst davon überzeugt? Klüger werde ich daher handeln, wenn ich Ihnen das Mittel anführe, wodurch Sie die Gelegenheiten zur Erweckung der Leidenschaften von sich entfernen und abwenden können. Dabey haben Sie nur sehr wenig zu thun. Währender Kindbett sind Sie an das Bette gefesselt. Sie können also nicht von selbst im Hause und in Ihrer Familie die Gelegenheiten zum Verdrusse, Zank, Schrecken, und zur Traurigkeit, aufsuchen, wenn man sie Ihnen nicht darbietet, und gleichsam vor das Bette hinträgt. Nun dieses letztere müssen Sie sorgfältig verbieten. Von Ihren lieben Ehemännern schmeichle ich mir zum Voraus, sie werden Ihnen keine unangenehme Dinge erzählen, Sie von der Besorgung der Wirthschaft und der übrigen Hausangelegenheiten dispensiren, und solche unterdessen einer andern verständigen Frau über-

übergeben. Das Gesinde müssen Sie nie vor sich lassen, als wenn Sie es zu Ihrer eigenen Wartung nöthig haben; anbey müssen Sie auch, noch ehe Sie in die Wochen kommen, so wohl selbigen, als auch den andern um Sie befindlichen Personen, auf das schärfeste verbieten, durch Klagen, Klatschereyen, und voreilige Erzählungen Ihnen nichts in den Kopf zu setzen. Ihre Kinder müssen Sie nur selten in Ihr Kindbettzimmer kommen lassen, damit sie nicht durch ihre Unarten, durch Lermen und Toben, Ihnen allerley Unruhe und Verdruß erwecken. Auch müssen Sie keine Person vor sich lassen, deren Gegenwart Ihnen unangenehm ist, damit Sie bey diesen unvermutheten Vorfällen nicht erschrecket werden. Sollte die Ausübung aller dieser Regeln, besonders in vornehmen Häusern, nicht äusserst leicht seyn? —

Schon während der Schwangerschaft schwellen Ihre Brüste auf, indem sich das zur Absonderung der Milch nöthige Blut in denselben sammelt, und auch wirklich eine dünne Feuchtigkeit absondert, welche gleich nach Ihrer Niederkunft häufiger wird, und heraus gedrücket werden kann. Drey oder vier Tage nach Ihrer Entbindung tritt die wahre Milch mit mehrern oder wenigern Umständen ein. Die Milchgänge lassen sich nicht so leicht erweitern, ohne einige daraus entstehende merkliche Veränderungen Ihres Körpers, welche aber können gemindert

und geringer gemacht werden, wenn Sie durch das Ansaugen des Kindes, oder durch fleißiges Ausmelken Ihrer Brüste, die Milchgänge mehr öffnen, und geschickt machen, der Milch einen ungehinderten Durchgang zu verstatten. Gedachte Veränderungen Ihres Körpers, die sich bey dem Eintritte der Milch ereignen, bestehen vornämlich in dem Milchfieber, welches nach Verhältnisse der Hindernisse, die in Ihren Brüsten beym Eintritt der Milch vorfallen, geringer oder größer ist. Sind aber diese Hindernisse nicht groß, so ist auch das Fieber geringe, und oft kaum merklich noch Ihnen beschwerlich. Die Dauer und Heftigkeit des Milchfiebers hänget also von der Größe der Hindernisse ab, die sich der Anfüllung der Milchgänge in Ihren Brüsten entgegen setzen. Diesem Milchfieber gehet allemal ein starkes Ziehen und Spannen vorher, welches sich oben von Ihren Schultern anfängt, und durch die Achseln in Ihre Brüste erstrecket. Stillen Sie nun Ihr Kind nicht, so muß natürlicherweise das Milchfieber auch stärker werden, weil die Milchgänge nicht ausgeleeret, und nicht zur Aufnahme der nachschiessenden abgesonderten Milch geschickt gemacht werden. Die Menge der angesammelten Milch muß also einen großen Reiz, große Bewegungen in Ihrem Blute, und folglich ein stärkeres Fieber, machen. Sie müssen von der heftigen Ausdehnung Ihrer Brüste, welche der Ueberfluß der Milch verursachet, die empfindlichsten Schmerzen ausstehen,

stehen, die viele Tage und Nächte anhalten. Die angehäufte Milch muß sich selbst den Rückgang in Ihr Blut verwehren; sie stocket, sie gerinnet, und machet Verstopfungen der Gefäße, und harte Knoten in Ihren Brüsten. Sie wird scharf, und machet Entzündungen, Geschwüre und Krebsschäden. Dieß klinget alles erschrecklich. Nicht wahr? — Und doch vermeiden Sie die Ursachen davon nicht. — Einen Einwurf werden Sie mir aber mit großer Freude entgegen stellen. „Wir verlassen uns auf das Ausmelken der Brüste, auf das Aderlassen und Laxiren, auf die zertheilenden Salben, Pflaster und Umschläge.“ Diese ohnmächtigen Mittel darf ich nicht erst durch das, was die Erfahrung an die Hand giebt, entkräften. Selbige lehret, daß Sie durch diese Mittel niemals in kurzer Zeit, und ohne einige der eben erzählten Beschwerden, Ihren Zweck erreichen. Selbst diejenigen unter Ihnen, die bereits Jahre lang ihre Kinder gesäuget haben, und wo, wenn ich so reden darf, die Natur fast müde geworden, mehr Milch darzureichen, kommen damit nicht so leicht zum erwünschten Ziel; sonderlich wenn sie vollblütig sind. Wie viel größere Schwürigkeiten muß es also nicht bey denjenigen unter Ihnen setzen, die noch allen unerschöpften Vorrath von Milch haben. Täglich siehet man die Bestättigung, daß es große Mühe kostet, und sehr lange währet, ehe Ihre Brüste von aller Milch befreyet werden. Wegen vieler

ler Ihnen aufstossender Zufälle ist es nicht so leicht gethan, eine Ader zu öffnen, oder Ihnen ein Laxiermittel zu verordnen. Die zertheilenden Mittel wirken auch so geschwind nicht, daß nicht unterdessen Ihre Milch verderbe, scharf und faul werde. Nun muß doch diese Milch wieder in Ihr Blut zurückgeführet werden. Es kann also nicht fehlen, daß Ihr Blut verunreiniget, und mit einer giftigen Materie böser Krankheiten angefüllet werde.

Hierinn liegt nun der Grund des Unglücks, das so viele unter Ihnen in der Kindbett betrifft. Durch anhaltende Entkräftungen erschöpft, schreibt Des Eßarz, durch beständiges Gliederreissen gequälet, ganz lendenlahm, von Mutterbeschwerungen und Verstopfungen befallen, ohne Lust zum Essen und Trinken, voller Finnen und Geschwüre, führen sie ein sieches, muthloses, und schmerzhaftes Leben, welches zulezt ein Krebs, ein Geschwür der Gebährmutter, oder ein allgemeines Abzehren, beschließet. Die Ursachen aller dergleichen und noch weit mehrerer Zufälle, welche die Frauen, bald oder später nach ihrer Entbindung betrefen, dürfen wir in nichts anders, als in dem Zurückhalten der Wochenreinigung, in der Unordnung und Zerstörung, suchen, welche die in dem ganzen Blute zertheilte Milch nothwendig anrichtet. Bilden Sie sich nur nicht ein, daß es möglich sey, diese bösen Zufälle durch zeitig gegebene Arzneymittel abzuwenden. Dieses lässet sich

sich nicht thun, ohne Ihrem Körper noch mehr Gewalt zuzufügen, ohne denselben noch mehr zu zerstören. Und hiervon das weitere in der folgenden Abtheilung.

In Ansehung Ihrer Brüste, wie solche nämlich sollen behandelt werden, kömmt es darauf an, ob Sie Ihr Kind säugen, oder nicht. Können, oder wollen Sie vielmehr Ihr Kind nicht säugen, so müssen Sie Ihre Brüste, gleich nach der Geburt, mit einer vierfach zusammengelegten weichen und warmen Leinwad wohl bedecken, über dieses aber sich von allen nährenden Suppen und Speisen so lang enthalten, bis die Milch in Ihren Brüsten zurückgetrieben ist. So viel nur möglich müssen Sie Ihre Brüste nicht entblößen oder viel Luft daran lassen, auch nicht mit Ihren Händen viel anfühlen, denn durch beydes kann schon eine Verstopfung der Milchgefäße entstehen. Daher ist es auch gut, wenn Sie weiche und nicht rauhe, nicht gestärkte, nicht auf der Rolle gerollte, noch viel weniger von rauhem Schleyer gemachte Hemde anhaben. Sollte aber die Milch durch die Wärzgen zum laufen kommen, so müssen Sie öfters eine trockne warme Serviette überlegen lassen, denn die Nässe kann leicht eine Verstockung der Milch in Ihren Brüsten machen. Ist aber nur die Serviette trocken, so haben Sie nicht nöthig solche abnehmen zu lassen, es mögen auch Ihre strozenden Brüste spannen wie sie nur immer wollen.

len. Alle andere Mittel hingegen die Milch zu vertreiben sind nichts nütze.

Endlich müssen Sie sich nicht zu frühzeitig in die kühle Luft machen, und nicht eher ausgehen, bis die Reinigung völlig aufgehöret hat. Sie müssen auch wegen des Hervorganges in Ansehung der Witterung und Jahreszeit einen Unterschied machen. Nach geendigtem Wochenbette müssen Sie sich noch eine Zeitlang sehr diät verhalten; und besonders den ehelichen Beyschlaf nicht eher genießen, als bis Ihre Reinigung völlig aufgehört hat, oder wenn Sie Ihr Kind nicht tränken, bis und dann Ihr Monatliches wieder gekommen. Denn ich könnte Ihnen mehrere Beyspiele anführen, daß ein allzuzeitiger Beyschlaf oft tödtliche Folgen nach sich gezogen hat.

Zwölfte Abtheilung.

Von der Pflicht die Kinder zu säugen.

Wer hat, zur Fülle süsser Lust,
Gewölbt der Weiber weisse Brust? —
Der liebe Gott hat es gethan,
Der stolz die Schwäne kleiden kann;
Der hat, zur Fülle süsser Lust,
Gewölbt der Weiber weisse Brust.

Bürger.

Warum

Warum hat Gott der Weiber Brust,
Gefüllt mit Milch? — zur Männer Lust?
Nein! er hats blos darum gethan,
Damit das Kind hüsch trinken kann.
Er hat der Weiber weisse Brust,
Gefüllt mit Milch — dem Kind zur Lust.

Verfasser.

Meines Erachtens, gehört sonst nichts, als die natürliche Mutterliebe, die stark, wie der Tod ist, dazu, Sie zu dem vesten Entschluß zu bringen, Ihre Kinder, wenn es nur nicht schlechterdings unmöglich ist, selbst zu säugen, und einem armen hilflosen Geschöpfe, dem Sie das Daseyn gegeben, mit Aufopferung alles eiteln Bürgerstolzes, aller üppigen Wollust und aller Bequemlichkeit, diejenige Wohlthat und Nahrung angedeihen zu lassen, die ihm Ihre mütterliche Natur bestimmt und zubereitet hat. Aber leider! scheint Ihre mütterliche Liebe gegen Ihre neugebohrnen Kinder nicht mit unter die Leidenschaften zu gehören, welche bey Ihnen zur Vollkommenheit gebracht oder übertrieben zu werden pflegen. Die Weiber der wilden Völker säugen ihre Kinder selbst. Sie aber, ohngeachtet Sie sich rühmen, bessere Sitten zu haben, zärtlicher zu empfinden, und weniger fühlloß, als die barbarischen Mütter zu seyn, verstoßen Ihre Kinder um Ihrer Bequemlichkeit willen, oder aus einem Uebermuthe, der sich auf Stolz und Ueppigkeit gründet.

Soll-

Sollten Sie nicht, wenn Sie empfindlichere und menschlichere Herzen hätten, als die barbarischen Mütter, und wenn es wahr wäre, daß gesittere Mütter auch tugendhafter, als sie, wären, jene vornehme Tartarinn unendlich in der Zärtlichkeit übertreffen, von der Ihnen der berühmte **Gellert** nachfolgende Geschichte erzählt:

Ein Tartarfürst, von dem man in Geschichten preißt,
Daß er, als Prinz, Europa durchgereißt,
Befahl, weil er sein Volk galanter machen wollte,
Daß kein vornehmes Weib ihr Kind selbst stillen sollte.
Die wilden Damen lachten nur.
Sie nährten, nach wie vor, ihr Kind mit ihren Brüsten,
Und glaubten, daß sie der Natur
Und ihren Müttern folgen müßten.
Der Chan fieng an, sich zu entrüsten,
Gab ein sehr scharf Mandat, und schwur,
Daß jede Frau vom Stande sterben sollte,
Die für ihr Kind nicht Ammen halten wollte;
Und weil sie sich gezwungen sahn,
So nahmen sie den Ammen an.
Allein, sie konnten sich des Triebs nicht lang erwehren,
Ihr eigen Blut an ihrer Brust zu nähren.

Die meisten fingen an, dem Chan den Tod zu
schwören.
Einst als der Tartarfürst sich ganz allein befand,
Kam, mit dem Degen in der Hand,
Ein vornehm Weib auf ihn ergrimmt,
Und sprach, von edlem Grimm entbrannt:
Hör auf, mein Kind mir abzudringen,
Sonst bin ich hier, dich umzubringen.
Ich säug es selbst, und säug es mir zur Lust;
Deßwegen hab ich diese Brust,
In dieser Pflicht, mein Kind daran zu nehmen,
Soll mich, o Fürst, kein Thier beschämen.
Der gute Tartarfürst erschrack,
Und unterließ, um nicht sein Leben zu verlieren,
Den europäischen Geschmack
In seinen Horden einzuführen.

Soll denn der Milchsaft vergebens durch die Theile Ihres Körpers gehen, und sich in Ihren Brüsten sammeln, die gewiß nur darum bloß in die Augen fallen, damit sie die Mutter ihrer Pflicht erinnern mögen, und das Kind ohne Mühe den Ort seiner Nahrung finden könne?

Ist es nicht etwas schändliches, daß Einige unter Ihnen sich alle Mühe geben ihren Kindern, die von der Natur bestimmte Nahrung zu entziehen, und mit selbst eigener Leibes- und Lebensgefahr denjenigen Saft, so zur Nahrung ihrer Kinder bestimmt ist, auf eine unver-

antwortliche Art zu verschwenden und zurücktreiben?

Kennen Sie wohl diesen Vers:

Alsbald der Mensch seyn Leben hat,
Seine Küche vor ihm staht —
Obs gleich ist ein kleines Kind,
Mangel doch an nichts nicht findt!

in der Kirche, mit derjenigen Ueberzeugung mit singen, als ihn Ihre schon längst in Gott entschlafenen Mitschwestern ehemals mit sangen? — Ich glaube, ich glaube, Ihre Natur rächt sich, währender Absingung dieses Verses, an Ihnen durch ein heftiges Herzklopfen; und wollte der Himmel, dieser Wink wäre alsdenn im Stande Sie zu der Ihnen gebührenden, von Gott und der Natur Ihnen auferlegten Pflicht wiederum zurückzuführen.

Sollen etwan rechtschaffen denkende Aerzte, Sie wegen Ihrer Zärtlichkeit, ehender den Krankheiten, so von einer zurückgetriebenen Milch entstehen, aussetzen, als Sie anhalten, Ihre Milch den Kindern, so das größte Recht dazu haben, und durch die Bewegung ihrer Lippen anzeigen, wie nöthig sie ihnen sey, zu trinken zu geben? — Oder, sollen die Aerzte Ihnen vielleicht anrathen, sich eines zweyten viel gefährlichern Wochenbettes auszusetzen; damit Sie, weil man Ihnen wider die Ordnung der

Natur

Natur zu handeln zugestanden hatte, das erste Schlachtopfer werden? — Nein, das soll — und wird kein rechtschaffener Arzt thun! — Im Gegentheil aber, werden alle rechtschaffene Aerzte Ihnen, wenn Sie anders Ihre Schönheit gern erhalten, und sich keiner langsamen Genesung, keinem mit Gewalt erzwungenen Schweiße, noch vielen andern Beschwerlichkeiten, die Ihrer Schönheit großen Abbruch thun würden, aussetzen wollen, anrathen, Ihre Kinder selbst zu säugen; wenn es auch nur darum wäre, daß sie Ihre gesunde Gesichtsfarbe, wohlgestalten Leib, und Schönheit der Brüste behalten mögen; indem die tägliche Erfahrung lehret, daß die zurückgetriebene Milch, zu der Zeit, da der Zufluß am stärksten ist, Ihre Brüste in Ansehung der elastischen Kraft mehr ruinirt, als wenn Sie Ihr Kind selbst säugen. Demnach ist es auch nichts weniger als ein hartes Joch, wie sichs viele unter Ihnen vorstellen, daß Ihnen die Aerzte auflegen wollen, sondern vielmehr ein von Gott und der Natur bestimmtes Geschäfft, um Ihre Gesundheit und Schönheit erhalten zu können.

Die in Ihren Brüsten nach der Geburt abgesonderte Milch ist ein nährender Saft. Gesetzt also, daß sie unverdorben mit ihrer beybehaltenen süssen Eigenschaft zeitig in Ihr Blut zurückgebracht würde; so muß sie die Vollblütigkeit in hohem Grade vermehren. Die Vollblütigkeit aber ist Ihnen währendem Wochen-

bette allemal schädlich, indem sie den Zunder zu hitzigen Fiebern abgiebet, und bey der Schwäche Ihrer Gefäße, welche nicht hinlänglichen Widerstand leisten können, leicht Verstopfungen und Entzündungen erzeuget. Gesetzt auch, daß ein Theil Ihrer Milch noch gut und fett, ein Theil aber bereits scharf und verdorben sey; so müssen zwey große Krankheitsursachen in Ihrem Körper reif werden; unreine Säfte und überflüßiges Blut. Es ist zwar wahr, daß auch wenn Sie Ihr Kind säugen eine Resorbation eines Theils Ihrer Milch vorgehet. Allein, es ist nur das wässerige Wesen derselben, das wieder in Ihr Geblüt tritt; und dadurch wird Ihre Milch noch fetter, und für Ihr Kind nahrhafter. Folglich kann daraus diejenige Unordnung in Ihrem Blute nicht entstehen, welche bey Ihnen, wenn Sie Ihr Kind nicht säugen, von der zurückgebliebenen ganzen Masse der Milch hervorgebracht wird. Man hat niemals, schreibt des Eßarz, so viele Frauen in den Wochen sterben gesehen, als seitdem die schädliche Gewohnheit, die Mütter von der Verbindlichkeit des Säugens ihrer Kinder loszusprechen, in Europa eingerissen ist.

Von allen den itzt erzählten großen Gefährlichkeiten bleiben Sie, wenn Sie Ihr Kind säugen, gänzlich verschonet. Ihre Milch bekömmt ihren ordentlichen Ausfluß. Daher wissen Sie auch wenig oder gar nichts vom Milch-

Milchfieber, und dürfen alle die Zerstörungen gar nicht befürchten, welche die in den Gefäßen zurückbehaltene oder mit Ihrem Blute vermischte Milch anrichtet. Ihr Blut wird zur beständigen Ersetzung der ausgesaugten Milch verwendet. Dadurch wird selbiges mehr in die Gefäße Ihrer Brüste, als in die Gefäße der Gebährmutter, hingelocket. Letztere wird also von einer geringen Menge Blutes belästiget; die Gefäße derselben ziehen sich eher zusammen, und der Abgang Ihres Geblütes muß früher aufhören. Deßwegen währet auch die Kindbettreinigung, wenn Sie Ihr Kind säugen, niemals lange, sondern hat mehrentheils nach dem vierten Tage ein Ende. Ueberhaupt können Sie sich auch nach zurückgelegter Kindbett einer vollkommenen Gesundheit erfreuen.

Mir ist es zwar nur zu wohl bekannt, daß wenn auch Einige unter Ihnen, ihrer Pflicht gemäß handeln, und ihr Kind selbst säugen wollen, es leider Dummköpfe genug giebt, welche Ihnen solches abrathen, unter dem ungegründeten und abgeschmackten Vorwand, als ob Sie durch diese That Ihr Leben in Gefahr setzen würden, da doch diese närrische Meinung einzig und allein in dem mit Stroh angefüllten Gehirn solcher Dummköpfe gegründet ist. Haben Sie eine beschwerliche Schwangerschaft ausstehen können, so glaube ich, Sie werden gar wohl im Stande seyn, Ihr Kind zu säugen, welches ja keine unangenehme Verrichtung ist.

Darf man sich daher noch wundern, daß besonders in großen Städten so wenig Mütter gefunden werden, welche ihre Kinder selbst säugen? — Ganz anders dachten die alten Römer und Griechen. Zu Zeiten des Demosthenes war in Griechenland eine um Lohn gedungene Säugamme eben so verachtet, als eine ihr Kind selbst säugende Mutter geehret wurde. — Der nämliche große Redner erzählt die Geschichte von einer verheuratheten Frau, welche einzig und allein deßwegen vor dem Richter angeklagt wurde, weil sie Kinder um den Lohn gesängt hatte, und sich auch deßwegen auf keine andere Art zu entschuldigen wußte, als diese: daß sie einzig und allein Hunger und Elend zu diesem niederträchtigen Dienst gebracht hätte.

Die Römer waren der nämliche Meinung wie die Griechen. — Bey ihnen war es gleichfalls eine von Alters hergebrachte Gewohnheit, daß jede Mutter mit ihrer eigenen Milch ihr Kind nähren mußte, und niemals eine fremde Amme halten durfte. Selbst der große Cäsar bestättigte durch den ehemals den römischen Müttern gegebenen Verweiß, die Wahrheit in Ansehung der den Müttern obliegenden Pflicht und Schuldigkeit die Kinder selbst zu säugen, wenn er zu ihnen sagte: „daß er sie anstatt der Kinder, so sie vor Zeiten auf ihren Armen zu tragen gewohnt waren, itzt nichts als Hunde und Affen tragen sehe.“ Eine Mode die auch heut zu Tage wiederum stark einzureissen scheint.

Ich

Ich könnte Ihnen ferner ganze Völkerschaften nennen, welche so streng auf diese Pflicht halten, daß sie die Ehre und Treue einer Mutter, so entweder von Natur keine Milch hätte, oder sonst nicht im Stande wäre ihrem Kinde die gehörige Nahrung zu geben, in Verdacht ziehen würden. Und in China ist das Säugen eine Hauptursache, wodurch eine Mutter zu einem Ehrenamt gelangen kann, wenn sie alle ihre Kinder selbst gesäuget hat; denn eine Mutter, die ihren Kindern die Milch entzieht, wird daselbst für eine Buhlerinn, und nicht für eine ehrliche Frau gehalten.

Nun möchte Einigen unter Ihnen, welche Ihr Kind nicht selbst säugen, sehr bange werden. Sie sehen die Vortheile, die einer Säugenden zufließen. Sie möchten sich derselben auch gern erfreuen. Sie können nun den Schaden, womit die unterlassene Pflicht des Selbststillens bestrafet wird. Selbigen wollten Sie doch gern vermeiden, daraus könnten Sie nun leicht den übereilten Schluß machen, daß es für sie ebenfalls besser sey, Ihr Kind selbst an die Brust zu legen. Denen nun zum Troste sage ich, daß nur Diejenigen unter Ihnen, welche einen starken Körper, viel Blut, viele und gute Säfte haben, schuldig und verbunden sind, Ihre Kinder zu säugen. Haben Sie aber im Gegentheil einen schwachen Körper, wenig Blut, wenige und schlechte Säfte, so hebt sich das Säugen von

selbst auf. Sie können auch, bey unterlassenem Säugen, nicht den Schaden erfahren, der jenen unausbleiblich drohet. Denn, wenn Sie nicht viel Milch haben, so können auch Ihre Brüste nicht sehr angehäufet, und mit harten Geschwulsten besetzet werden; da kann sie leichter in Ihr Blut zurückgehen, und dessen Menge nicht eben sehr vermehren; da kann sie sobald nicht verderben, und Ihr Blut verunreinigen. Ist Ihre Milch aber schon an sich scharf, wie z. B. währender Krankheit; so kann durch ihre Zurücktreibung kein größerer Schaden mehr bewirket werden, weil sie zu der unreinen Quelle, aus welcher sie gekommen, wieder zurückgehet. Die Krankheit war schon vorher da. Allein, wenn Sie gesund und äußerst vollblütig sind, so verhält es sich ganz anders. Die Milch kommt hier aus einer reinen Quelle, welche erst durch den Zurücktritt dieser Milch verdorben wird.

Die Sache wird Ihnen noch einleuchtender werden, wenn Sie die Vortheile, welche Sie genießen, wenn Sie bey diesen Umständen Ihr Kind nicht stillen, mit denjenigen Uebeln vergleichen, welche Sie leiden müssen, wenn Sie stillen. Seyn Sie noch sehr jung, so ist auch Ihre Natur und Kräfte noch nicht zur bestimmten und gesetzten Dauerhaftigkeit gelanget, und folglich verschwenden Sie auch durch das Säugen einen großen Theil Ihrer beßten Nahrungssäfte. Sie lassen sich des klebrich-

ten

ten Saftes berauben, den Sie noch zu Ihrer eigenen Ernährung und zur Befestigung Ihres Körpers brauchen. Ihre angespornte und forcirte Natur muß mehr Milch zur Sättigung Ihres Kindes herschaffen, als sie in diesen Jahren aus erübrigten Säften bereiten kann. Der starke Reiz, der in Ihren Brüsten erreget wird, die große Anhäufung und Aufspannung Ihrer Gefäße und Nerven, thun vornämlich Ihren Lungen Gewalt, schwächen und verletzen dieselben. Entkräftet und von Ihren beßten Säften beraubet, engbrüstig, mit Krämpfen gemartert, führen Sie ein sieches Leben, werden oft zu fernern Empfängnissen und zum fernern Säugen untüchtig, und werden endlich durch Schwindsuchten und Abzehrungen in der Blühte Ihrer Jahre von der Welt weggeraffet. Hingegen, wenn Sie in zu frühen Jahren Mutter geworden, welches freylich an sich schon ein Uebel ist; so können Sie Ihre Gesundheit erhalten, die Kräfte und Stärke Ihres Körpers dauerhafter machen, in dem Sie Ihr Kind einer Säugamme übergeben. Sodenn kann Ihre Natur mit dem Nahrungssafte, der nun in Ihrem Blute bleibet, an ihrer eigenen Vollkommenheit arbeiten; Ihre Lungen und übrigen Eingeweide können dichter und stärker werden, und Ihr ganzer Körper kann mehrere Festigkeit erlangen. Nun ist es Ihnen erlaubt, mit Ihren eigenen Säften die Kinder zu ernähren, die Sie künftig gebähren werden; und Sie können sich auch um desto eher schmei-

 cheln,

cheln, eine fruchtbare Mutter zu werden, weil Sie in Ihrem zarten Alter allen Ihren Theilen die Zeit und gehörige Ruhe zur völligen Ausbildung gelassen haben. Haben Sie aber einen schwächlichen Körper, zarte Lungen, und eine enge spitzige Brust so würden Sie zu Ihrem Verderben die Milch aus Ihren Brüsten weggeben, und eben sobald in eine Schwindsucht verfallen. Es ist überhaupt zu bekannt, daß wenn Sie einen schwachen Körper und eine enge Brusthöhle haben, die Abzehrungen und Lungengeschwüre durch das Säugen hervorgebracht werden. Ich darf daher wohl nicht ausführlicher davon handeln. Das will ich Ihnen nur noch sagen, daß wenn Sie schon wirklich schwindsüchtig sind, und doch selbst noch säugen wollen, Sie Ihren Verstand verloren zu haben scheinen. Die thörichte Meynung, daß Sie dadurch von Ihrer Krankheit werden befreyet werden, hat sich bey vielen unter Ihnen in so weit wahr befunden, daß sie frühzeitiger gestorben sind, als sonst würde geschehen seyn. Welcher Thor hat Ihnen wohl die närrische Meynung beybringen können, daß Ihre angefressene Lungen durch das bloße Säugen ausgeheilet werden können? Bey andern Krankheiten, wo Ihre Eingeweide unverletzet sind, und eine Schärfe in Ihrem Blute die nächste Ursache dazu gegeben hat, ist ein wahrscheinlicher Grund, daß Ihr Kind, das Unreine absaugen, und Ihren Körper von den bösen Säften

ten

ten befreyen werde. Allein, hier wird Ihr Kind offenbar ein Opfer, für Ihre Gesundheit. Nun will ich zu geben, daß es zuweilen rathsamer sey, Ihr Kind eher, als Sie einer Gefahr auszusetzen, zumal, wenn ich voraussetze, daß ersteres doch schon in Ihrem Leibe die Schärfe wesentlich angenommen und angeerbet habe; und daß also kein größerer Schade verursachet werde, als der schon vorhanden war, ehe Ihr Kind die unreine Milch bekam. Aber hier wäre erst der schwer zu bestimmende Fall zu entscheiden, ob Sie sonst auf keine andere Weise, und nicht etwa durch gute Mittel, könnten von Ihrer Krankheit geheilet werden. Warum will man Ihr Kind unglücklich machen, wenn Sie durch den Gebrauch der Arzneymittel können gesund werden, und des Kindes von Ihnen angeerbte unreine Blut hoffentlich von der guten Milch einer gesunden Amme kann verändert und verbessert werden:

Nun haben Sie die verschiedenen Veränderungen Ihres Körpers kennen gelernet, welche nicht ausbleiben, wenn Sie in Absicht des Säugens wider die Intention der Natur handeln; wenn Sie nicht säugen, da Sie allen Beruf dazu haben, oder, wenn Sie säugen, da das Unvermögen dazu in die Sinne fällt. Nun will ich Ihnen noch zum Beschluß dieser Abtheilung nachstehende zwey Anmerkungen an Ihr Herz legen:

1. Seyn

1. Seyn Sie zu einer Zeit zum Säugen unvermögend, so werden Sie dadurch nicht auf immer von der Verbindlichkeit, Ihr Kind zu säugen, losgesprochen. Ihr Körper kann künftig in bessere Gesundheitsumstände gesetzet werden. Sie können mit der Zeit alle zum Stillen erforderliche Eigenschaften erlangen; und denn müssen Sie auch dieses Amt mit Freuden übernehmen.

2. Handeln Sie sehr klug, wenn Sie dem Arzte gehorchen, der Ihnen Ihre Untüchtigkeit, selbst zu stillen, vorstellet. Wollen Sie sich erst durch einen Versuch davon überzeugen, so muß Ihr armes Kind entweder Hunger leiden, weil Sie ihm nicht Milch genug geben können; oder Sie laufen Gefahr, daß Ihnen die Milch schnell verschwindet. Alsdenn sind Sie in großer Noth, eine gute Amme zu bekommen, und Sie haben viele Mühe das Kind an sie zu gewöhnen.

Dreyzehnte Abtheilung.

Von der gehörigen Beschaffenheit einer gesunden Säugamme.

Mit Recht kann leider das Kind bey zunehmenden Jahren Ihnen die bittersten Vorwürfe einer versäumten Pflicht machen, wenn

wenn es entweder üble Gemüthsarten oder körperliche Unfälle von der Säugamme erhält, welche es von Ihnen gewiß nicht eingesogen hätte. Ist in diesem nicht oft die Ursache der verminderten Liebe und Hochachtung zwischen, Ihnen und dem Kinde zu suchen? — Kann man nicht daher die so oftmalige Ausartung der Kinder herleiten? — Eine Betrachtung für diejenigen unter Ihnen, welche gleichgültig, ja grausam genug sind, so oft ohne die geringste Ursache diese der Natur schuldige Pflicht bey Seite zu setzen, und der Menschheit einen so außerordentlichen Schandflecken anzuhängen. Nebst dieser wesentlichen Betrachtung erfahren Sie ja oft, wie schwer es falle eine Säugamme zu bekommen, welche Ihre nämliche Leibesbeschaffenheit hat: wie viel dem Arzt und der Hebamme daran gelegen seyn soll eine solche zu erhalten, sollen Sie sogleich erfahren. Ein Kind, welches neun Monate in einer blutreichen Mutter Leibe genähret wurde, erhält nun seine Nahrung von einem mit zäher Feuchtigkeit angefüllten, oder gallsüchtigen, oder zur Schwermuth geneigten Körper; ist dieß nicht ein bedenklicher Zwang welcher der Natur des Kindes widerfährt? — Sollte es wohl möglich seyn zu vermuthen, daß diese plötzliche Veränderung von einem so zarten höchst empfindlichen Nervengewebe, nicht geahndet würde? — Kann wohl ein Naturforscher dieses Unternehmen billigen? Wenn nun noch hinzu kömmt, daß das Kind wider allen Lauf der

Natur mit so dicker nnd nahrhafter Milch genähret wird, was kann denn wohl ein Arzt in der Zukunft erwarten? — Doch genug hiervon.

Wollen Sie Ihr neugebohrnes Kind einer Säugamme übergeben, so müssen Sie auch nothwendigerweise darauf sehen, ob die Säugamme zum wenigsten die nöthigsten und mehresten Eigenschaften habe, die ich Ihnen anjetzo beschreiben werde. Denn es ist wirklich eine Art von Verzweiflung, die erste beßte Amme in Dienst zu nehmen; und in den meisten Fällen ist dieser Entschluß nichts anders, als ein Contrakt, wodurch man sein Kind für 24. Thaler umbringen oder ungesund machen läßt. Soll nun Ihr Kind eine recht gesunde und seiner Natur angemessene Milch erhalten, so muß sie:

1. In einem Alter von 20. bis 35. Jahren seyn.

2. Nicht eher als sechs Wochen nach ihrer letzten Geburt, wenn ihre Kindbettreinigung nämlich völlig aufgehört, und nicht später als drey oder vier Monat nach ihrer letzten Niederkunft, damit sie auch als Amme aushalten könne, angenommen werden.

3. Sie muß das letzteremal keine unzeitige oder frühzeitige oder schwere Geburt ausgestanden haben, auch von ihrer Nachgeburt und Reinigung recht befreyet worden seyn.

4. In der Kindbett keine schwere Krankheit oder einen Ausschlag gehabt haben.

5. Ein gesund und munteres Kind haben.

6. Gern und freywillig den Säugammendienst annehmen.

7. Nicht zu fett auch nicht zu mager seyn.

8. Einen Körper von starkem und festem Fleisch, und eine röthlicht weisse gesunde Haut haben; denn schwache Ammen haben eine Milch, die leicht sauer wird.

9. Sie soll nicht von melancholischer, zornisger, fauler und träger, allzu verliebter; sondern lustiger, sanftmüthiger und freundlicher Gemüthsbeschaffenheit seyn.

10. Des Nachts nicht zu faul, sondern, wenn sie tränken soll, wachsam seyn.

11. Ihr Haar am Kopf soll mehr braun und schwarz, als weiß oder gelbroth seyn; weil diese letztere gewöhnlich ein scharfes Geblüt haben. Das Haar an sich selbst soll reinlich, mit keinem Ungeziefer beschweret, und die Oberhaut des Kopfes von allen ausfahrenden Blattern befreyet seyn.

12. Ihre Augen müssen nicht roth oder mit einem Thränenfluß, sondern hell und klar und ohne die mindeste Entzündung seyn.

13. Die Nase weder verstopft, noch mit Geschwüren und Schnuppen behaftet seyn.

14. Ihre Zunge soll schön roth, weich, genugsam angefeuchtet; die Zähne ganz weiß, vollkommen an der Zahl, und nicht hohl; das Zahnfleisch recht roth, ohne Geschwüre, recht reinlich, und der Geruch aus dem Munde nicht stinkend seyn, welcher von faulenden Zähnen, übel verdauendem Magen, oder übel beschaffener Lunge herrühret, und da sie das Kind öfters küsset, auch ihm den Brey giebt, solches demselben leicht schaden könnte.

15. Sie muß gut hören, reine Ohren, und in denselben keinen Eiterfluß, noch hinter den Ohren Geschwüre haben.

16. Eine klare und starke, nicht heißere Stimme haben, indem dieß letztere sonst einen Verdacht von einem bösen Hals, österen Schnuppen, oder gar venerischen Zufällen giebt.

17. Sie muß keinen bösen Hals haben, gut schlingen und Athem holen können.

18. Keine Kröpfe oder Beulen oder Gewächse, oder gar Krebsschaden haben.

19. Die Brust soll mit keiner Engbrüstigkeit noch Husten, viel weniger Blutspeyen noch eyterichtem Auswurf beschweret seyn.

20. Der Schweiß, besonders unter den Achseln und an den Füßen muß nicht stinken.

21. Der Urin nicht roth, noch mit einem ziegelrothen Satze versehen seyn, und ohne Schmerzen in gehöriger Menge weggehen.

22. Besonders muß sie weder einen gutartigen noch bösartigen venerischen weissen Fluß haben.

23. Während dem Säugen soll ihr monatliches Geblüt wenigstens so lange nicht fließen, als bis ein völliges halbes Jahr vorbey ist, und wann sie ja damit behaftet wäre, muß man sich wohl erkundigen, ob zu solcher Zeit das Kind nicht mehr als zu anderer Zeit unruhig sey, viel schreye, und die Amme Abgang an Milch verspüre.

24. Sie muß keinen Bruch haben.

25. In den Nieren und im Rücken keine Schmerzen verspüren.

26. Kein Merkmaal einer Verstopfung der Leber, des Milzes, des Gekröses, durch die Härte und Ausspannung ihres Bauches empfinden, sondern selbiger muß weich, klein und aller Orten gleich erhöht seyn.

27. Ihr Magen soll alle Speisen wohl verdauen können, daß sie also keinen Leibesverstopfungen, noch Brechen, noch Blähungen des Leibes unterworfen sey.

28. Sie soll weder mit der blinden noch fließenden goldenen Ader behaftet seyn.

29. Ueberhaupt keine Krankheit, vielweniger erbliche und zu Zeiten widerkommende Zufälle, als z. E. Gichter, Stein-Kopf-Zahnschmerzen, Rothlauf, Kolik, Ausschläge und dergleichen haben.

30. Man muß genau untersuchen, ob sie niemals keine Haarschnur oder Fontenell getragen; ob kein alter offener Schaden an Armen, Schenkeln und Füßen sich befinde.

31. Sie muß einen vollen starken und gehörig geschwinden Puls haben.

32. Sie muß überhaupt reinlich und nett seyn, und auch das Kind reinlich halten.

33. Insbesondere aber muß man ihre Geburtstheile wohl untersuchen lassen, ob solche nicht erhitzt, mit offenen kallensen Geschwüren so wohl innwendig in der Mutterscheide, als auch äußerlich in und außer den Schamlefzen, ja um den Mastdarm herum, oder Merkmale einer venerischen Krankheit zugegen seyn.

34. Sie soll in der Gebährmutter keinen Skirrhum noch Krebsschaden haben.

35. Sie muß nicht schwanger seyn. Man kann solches öfters nicht so leicht erkennen, weil die Zufälle, als Eckel, Brechen, verlohrner Appetit,

petit, Müdigkeit in Gliedern sich nicht zu Anfangs zeigen, indem das säugende Kind die überflüßigen Feuchtigkeiten von ihr wegnimmt. Es verliert sich zwar die Milch, und das Kind befindet sich schlimmer, die Säugamme selbst wird mager, das säugende Kind wird krank, und manchmal kostet es sein Leben. Es sind aber viele tränkende Säugammen schwanger, ohne daß sie es wissen, und bey denen die Milch auch sich nicht eher vermindert, als bis sie schon ziemlich weit in der Schangerschaft gekommen sind.

36. Vornämlich aber sollen ihre Brüste nicht zu groß, und auch nicht allzuklein seyn, jedoch sind kleinere Brüste den größern, weil diese allzuviel Fleisch und Fett besitzen, vorzuziehen. An Farbe sollen sie schön weiß, und die Haut davon so dünne seyn, daß man die mit Blut ausgespritzten Adern wohl darauf sehen könne. An den Brüsten müssen keine Knoten oder Entzündung oder Schmerz verspürt werden; die Warze soll nicht größer als eine Haselnuß, nicht wund, und aufs wenigste mit vier bis sechs Oeffnungen durchlöchert seyn, die auf ein gelindes Drücken der Brust mit der Hand, leicht Milch spritzen; der Hof um die Warze aber nicht zu breit und an Farbe nicht braun noch schwarz, sondern blaßroth seyn.

37. Sie muß auf beyden Brüsten gut tränken können.

38. Ihre Milch soll nicht zu fett sondern etwas wäßrig und dünne seyn. Denn von einer wäßrigen und dünnen Milch werden die Kinder fett, frisch, stark und bleiben gesund. Von einer fetten Milch aber sind die Kinder kränklich, und nehmen nicht so gut zu. Eine fette Milch ist auch öfters gesalzen, bitter und schlecht, sie lauft nur Tropfenweise aus der Warze, wenn man die Brust gelinde druckt, und die Brüste so eine fette Milch geben, sind nicht so gefüllt, sondern viel schlapper. Hingegen eine dünne wässerige Milch schmecket süsser und angenehmer; sie läuft leicht aus der Warze entweder von selbst, oder spritzt weit, wenn man die Brust gelinde druckt. Eine Amme, die eine dünne Milch hat, bekömmt, wenn sie das Kind gesäugt hat, die Brüste viel eher wieder voll, als eine andere, die fette Milch giebt. Eine dünne wäßrigte Milch dringt auch viel besser durch die kleinsten Gefäßgen des Kindes, und ein solches Kind, welches eine dünne Milch trinkt, läßt auch sehr oft und vielen Harn von sich. Um die Milch zu erkennen, so lasse man die Säugamme etwa ein halb Glas voll ausmelken, und solche ein paar Stunden stehen, da man denn sehen kann, ob sie an Farbe recht weiß, an ihrem innerlichen Gehalte nicht zu dicke, sondern dünne und flüßig sey, ob oben auf der Milch viel Rahm schwimme, welcher auch nicht gelb, vielweniger röthlicht, das darunter befindliche Milchwasser aber nicht wie Brunnenwasser aussehen muß. Man kann auch

eini-

einige Tropfen auf die Hand tröpflen, und sehen, wenn man die Hand etwas schief neiget, ob sie leicht oder schwer von der Hand fließt. Fließt sie leicht, so ist sie wäßrig, fließt sie schwer oder gar nicht, so ist sie sehr fett. Eine taugliche Milch muß, wenn sie von der Hand fließt, doch einen weissen Strich zurück lassen. Man kann auch etwas Milch in die flache Hand spritzen lassen, und mit der andern Hand solche so lange reiben, bis die Hände trocken werden wollen, alsdenn macht man die Hände langsam zu, und giebt Acht, ob die Finger klebricht seyn, welches andeutet, daß sie genugsam fett ist.

39. Ob die Milch recht süsse, keinesweges aber gesalzen, bitter oder sauer sey, kann man erkennen, wenn man nüchtern sich den Mund vorher mit reinem warmen Wasser ausspühlt, und davon einen Löffel voll kostet. Man kann auch ein paar Tropfen von der Milch in die Augen fallen lassen, und wahrnehmen, ob kein Schmerz davon in selbigen entstehe.

40. Ob die Säugamme Milch genug habe, wird erkannt, wenn man sie vier bis sechs Stunden kein Kind trinken läßt, da denn, wenn sie Milch genug hat, die Brüste voll, hart, fest stehend und schmerzhaft werden, ja die Milch aus den Brüsten heraus läuft. Zu mehrerer Sicherheit kann man zu der Zeit die Brüste durch eine erwachsene Person ausziehn, die herausgezogene Milch in ein Geschirr spurken lassen, auf daß man sehe, wie viel auf einen Zug herauskomme.

Sind Sie nun so glücklich eine gesunde Säugamme für Ihr Kind zu bekommen, welche die eben angezeigten nothwendigen Eigenschaften hat, so müssen Sie auch beflissen seyn, Sie nicht durch übel eingeführte Misbräuche untauglich zu machen.

Erstens müssen Sie der Säugamme eine ihr angemessene Nahrung geben; das ist: Sie müssen einer Säugamme welche meistens vom Lande, oder doch von niedrigem Stande in Städten, und folglich eine grobe Kost und schwere Arbeit gewohnt ist, nicht gleich mit der nahrhaftesten, gewürzten und ihrer Natur ungewöhnlichen Kost nähren, weil ihrem Körper zu viel Zwang dadurch widerfährt, und sie erkranken kann. Eine mäßige Kost also, nicht zu oft des Tages wiederholt, erhält die Gesundheit Ihrer Säugamme und Ihres Kindes; hingegen sollen alle nach dem niedlichen Geschmacke eingerichtete, mit Gewürz, Saffran, Wein und andern schädlichen Sachen zubereitete Speisen vermieden werden, weil die Milch von solcher Nahrung allzu nahrhaft, und zum Verdauen für das schwache Kind zu beschwerlich wird; zu dem machen dergleichen Speisen ein scharfes erhitztes Geblüt, welches zu verschiedenen Krankheiten Anlaß geben kann.

Ferner sind ihr alle mit Essig oder Lemoniensaft gesäuerte Speisen schädlich, weil diese nicht allein eine Säure in dem Nahrungssaft und Erhärtung in den Brüsten Ihrer Säugamme,

amme, sondern auch das Gerinnen der Milch im Magen Ihres Kindes, und alle daher entstehende Krankheiten verursachen können. Allzu vieles oder unzeitiges Obst muß sie ebenfalls vermeiden, weil Ihr Kind dadurch gefährlichen Bauchflüßen ausgesetzt wird.

Zweytens müssen Sie Ihre Säugamme täglich eine mäßige Arbeit verrichten lassen, wodurch die Bewegung ihres Körpers und folglich die bessere Ausarbeitung der Milch, welche viel leichter zu verdauen ist, befördert wird. Denn eine träge schläfrige Säugamme kann keine gute Säfte ausarbeiten; zudem ist es auch eine gewaltsame Abänderung, wenn dieselbe vorher eine schwere Arbeit gewohnt ist, und nun auf einmal ein sitzendes, müßiges Leben führen soll.

Drittens müssen Sie Ihre Säugamme nicht beständig in einem Zimmer eingesperret halten, wo öfters die eingeschlossene stinkende Luft sowohl ihr selbst, als auch Ihrem Kinde schädlich ist; sie soll oft mit Ihrem Kinde bey schönem Wetter spatzieren gehen, und wenn es auch die Witterung nicht erlaubt, wenigstens in andern Zimmern herumgehen, denn die Veränderung der Luft gereichet nicht allein beyden zur Gesundheit, sondern Ihr Kind gewohnt auch nach und nach die Abwechslung derselben, damit es bey anwachsenden Jahren nicht sobald von der mindesten Abänderung unseres Dunstkreises erkranket.

Viertens müssen Sie Ihren übrigen Domestiquen aufs schärfeste untersagen, die Leidenschaften der Säugamme, als Zorn, Verdruß, Schrecken und dergleichen niemals zu erregen, weil sie ihren Körper in einen widernatürlichen Zustand versetzen, und verschiedene Krankheiten verursachen können, wodurch allemal Ihrem Kinde der größte Schaden widerfahren kann.

Fünftens müssen Sie fleißig Acht haben, daß die Säugamme ihren Körper allezeit rein hält, damit auf solche Art allem eckelhaften Geruche vorgebeuget werde, welcher Ihrem Kinde oft einen Widerwillen verursacht; so daß viele Kinder eben deßwegen die Brust nicht annehmen, woraus die Ueberhäufung der Milch in den Brüsten, eine Erhärtung und alle daraus folgende Uebel entstehen können.

Sechstens müssen Sie der Säugamme nicht allen Umgang mit ihrem Manne untersagen und abschneiden. Denn so wenig das Säugen die Fruchtbarkeit der Säugenden hindert, eben so wenig schadet die eheliche Liebe den Säuglingen. Wäre das letztere den Säuglingen schädlich, so müßten alle Säuglinge krank seyn.

Siebentes müssen Sie die Säugamme nicht darum abschaffen, weil ihre natürliche Umstände wieder in die gehörige Ordnung eintreten, wenn sie nur sonst gesund ist, und eine

gute

gute Milch hat. Denn es haben schon viele Frauen ihre Kinder unausgesetzt bis auf die folgende Entbindung gestillt, ohne daß dieses weder dem Säuglinge, noch dem zukünftigen kleinen Weltbürger nachtheilig gewesen wäre.

Nun muß ich Ihnen noch zum Beschlusse dieser Abtheilung sagen, daß eine Säugamme, wenn sie auch noch so gesund und guter Gemüthsart ist, auch noch so behutsam und unverdrossen mit dem Kinde umgehet, doch bey weitem noch keine Mutter ist. Die Natur läßt sich nicht zwingen, und das Blutband ist der einzige reitzende Beweggrund, welcher Sie aufmuntern sollte, Ihrem Kinde so bald es auf die Welt kömmt, diejenige Nahrung darzubiethen, welche ihm die Natur selbst zubereitet hat. Ist es nicht ein höchst thörichter Einfall, täglich bey einer Nachbarinn Wasser zu holen, wenn man selbst einen guten Brunnen im Hause hat, der überläuft? — Da Sie also die schwehren Bedingnisse, um eine gute Amme zu erhalten, einsehen, und genug aus der Erfahrung überzeuget sind, wie selten eine solche anzutreffen sey, haben Sie sodann nicht wichtige Ursachen genug ein solches Unternehmen reifer zu überlegen, wovon das künftige Wohl, und die dauerhafte Gesundheit Ihrer lieben Kinder abhängt? — O möchte ich doch so glücklich seyn durch diese und die vorige Abtheilung das Herz derjenigen unter Ihnen, zu erweichen, welche im Stande sind ihre Kin-

der selbst zu säugen, und solches blos deßwegen unterlassen, weil sie einige Monate verhindert werden, den Gesellschaften, Ergötzungen, und Lustreisen beyzuwohnen, — weil sie bey der Nacht das Kindergeschrey nicht hören können, — oder weil sie glauben die schönen Brüste möchten dadurch verwelken. Dieß sind keine wichtige Ursachen, sondern höchst lächerliche und verdammliche Ausflüchte. — Wichtige Ursachen sind — ich wiederhole es Ihnen noch einmal — wenn Sie eine sehr schwache Beschaffenheit des Körpers und folglich Ihrer Brust haben, — wenn Ihnen die Brustwarzen entweder aus einem Fehler der Natur, oder Zufall, oder aber wegen des von Jugend an getragenen Schnürleibes abgehen, — wenn Ihnen die Nahrung für sich selbst mangelt, — wenn Sie mit einer übeln Krankheit behaftet sind, und dergleichen, die ein bescheidener Arzt allemal entscheiden wird, dieß sind wichtige Ursachen.

Vierzehnte Abtheilung.

Von der allgemeinen Erziehungsart der neugebohrnen Kinder.

Die Kinder werden auf einerley Art gebohren, sterben aber sehr verschieden, und wie überhaupt ihr Tod mancherley Ursachen hat, so ist auch insbesondere ihr Leben vielerley Zufällen und Abwechselungen unterworfen.

Ich fange in dieser vorletzten Abtheilung an, einen Gegenstand zu zergliedern, welcher wohl von vielen unter Ihnen mit gerümpfter Nase möchte betrachtet werden; nichts destoweniger unternehme ich diese Arbeit mit einer so inniglich zufriedenen Gemüthsruhe, welche nur derjenige empfinden kann, welcher ganz einsam bey seinem Schreibpulte von allem Vorurtheile und Eigenliebe befreyt den ganzen Entwurf seines Unternehmens übersieht, untersucht, und gut heißt, welcher überzeugt ist, daß alle unpartheyische Beurtheiler seine Arbeit in Beziehung auf seine Absicht für löblich und nützlich erkennen müssen. Uebrigens bin ich nicht so stolz auf meine wenige Erfahrung, daß ich glauben könnte, schon alles gesehen, schon alles

alles erfahren zu haben, schon alles zu wissen; nein: ich danke es der gütigsten Vorsicht, daß sie mir so viel Erkenntniß mitgetheilet hat, um leicht einzusehen, wie viel mir noch abgehet, ehe und bevor ich das ganze Feld unsrer Wissenschaft durchpflüget habe. Es war eine Zeit, wo ich glaubte alles heilen, alles beurtheilen zu können; aber wie sehr verblendet nicht die Eigenliebe den jungen Arzt, wenn er stolz auf seine Doktorswürde im ersten oder zweyten Jahr zu einem Kranken gerufen wird? Dank dem Allmächtigen! Diese Zeit ist vorbey, und nun fange ich erst an zu lernen. Ich beobachte, erfahre, und beurtheile täglich, und meine Lieblingsbeschäfftigung ist, des Abends beym stillen Nachdenken dasjenige zu beurtheilen, was ich den Tag hindurch beobachtet habe, wie nahe ich nun mit meinen gemachten Beurtheilungen zutreffe, sollen nachfolgende Abschnitte entscheiden.

Um aber nicht zu weitläuftig zu werden, schränke ich mich blos auf die Behandlung eines neugebohrnen und entwöhnten Kindes ein, dessen Erziehung die ganze Grundlage des Gebäudes, ich will sagen, des ganzen Lebens ist, wodurch der Körper diejenige Beschaffenheit erhält, welche den Einfluß auf die verschiedenen mit den zunehmenden Jahren vorkommenden Krankheiten nothwendig machen muß.

I.

Von den Windeln.

Daß das Kind in der Gebährmutter neun Monate ungebunden ganz frey liegt, wird Ihnen ohne Zweifel bekannt seyn? — und wenn Ihnen während der Schwangerschaft kein Unheil durch einen Fall, Stoß, oder andre Art widerfährt, so bringen Sie ein wohlgestaltetes Kind zur Welt, welches uns die Allmacht des großen Schöpfers genugsam zu erkennen giebt. Dieß haben Sie gleichfalls zur Ehre und geziemendem Danke des Allmächtigen Schöpfers schon oft erfahren, und werden es auch mit der Hilfe Gottes in Zukunft noch erfahren! So frey nun aber Ihr liebes Kind in der Gebährmutter schwebte, und doch das schönste Verhältniß aller Glieder behielt, so sehr sind Sie doch beflissen gleich nach der Geburt Ihr Kind mit verschiedenen Binden und Windeln fesseln zu lassen. Ich wollte alles dieses noch unbemerkt vorbeygehen lassen, wenn es auf eine solche Art geschehe, daß Ihrem Kinde nichts widriges dadurch begegnen könnte. Allein so viel Unheil, welches daraus entspringt, nöthiget mich, Ihnen hierüber meine Gedanken zu eröffnen.

Gleich nach der Geburt muß Ihr liebes armes Kind sich dem Willen und oft übler Gewohnheit der Hebamme überlassen, man packt

es

es so sorgfältig ein, als ob es 100. Meilen verschickt werden müßte, man umwickelt es mit so vielen Binden, daß das Kind recht steif und nett aufgepuzt da liegt, aber auch kaum athmen kann, und Gott sey dem gnädig, welcher daran etwas auszustellen hat.

Die erste üble Folge hievon

ist der Bruch, welchen Sie bey so vielen Kindern wahrnehmen können. Es ist ganz natürlich, wenn der Bauch und Oberleib Ihres Kindes mit einer breiten Binde umwunden wird, so kann der Schmerbauch sich bey eingenommenen Speisen, oder bey einem großen Geschrey nicht ausdehnen, und Sie erfahren doch an Ihrem Körper, das dieses geschehen muß; denn Sie werden ja von sich selbst überzeugt, um wie viel schwerer Sie nach dem Essen athmen, auch bey einem entstehenden Geschrey Ihr Bauch sich so viel mehr ausdehnet; weil nun der Unterleib Ihres Kindes sich wegen des festen Einwicklens nicht ausdehnen kann, auch die darinn enthaltenen Eingeweide sich nicht aufwärts gegen den Oberleib, weil dieser ebenfalls umwunden ist, ausbreiten können, so folget nothwendig hieraus, daß die Gedärme abwärts gegen das Becken gedrücket werden; hier ist nun der kleinste Widerstand, denn der Ring am Bauch Ihres Kindes muß sich also ausdehnen, die gepreßten Gedärme mit dem Darmfell treten aus der innern Höhle des Schmerbauches

bauches in diese Oeffnung, und es entsteht auf diese Art ein Bruch, welcher Ihr Kind schon so frühzeitig zum Krüppel macht.

Die zweyte Folge

ist die üble Verkochung der Säfte Ihres Kindes. Zur Verkochung der neuen Nahrung gehört nicht allein eine gute Verhältniß aller Theile des ganzen Körpers, sondern auch die natürliche Bewegung desselben. Wie oft sehen Sie sich nicht gezwungen, hauptsächlich bey jetziger Modetracht, wo alles an Ihrem Körper vest anpassen muß, nach eingenommener Mittag- oder Abendtafel wo Sie eine in diesem Fall höchst übertriebene Wohlanständigkeit nicht so sehr zu beobachten haben, in aller Stille das Band an Ihrer Schnürbrust nachzulassen? Nicht wahr! einzig und allein deßwegen, damit Sie desto leichter athmen können, weil Sie hiedurch die Ausdehnung des Schmerbauches und der Brust befördern? — Warum aber versagen Sie Ihrem lieben armen Kinde, welches seine Noth noch nicht klagen und sich selbst helfen kann, jene Bewegung, welche ihm doch die Natur selbst verschaffte? Ich meyne die Bewegung der Brust, des Zwergfalls, und des Schmerbauchs, welche durch die feste Umwicklung des Körpers mit einer breiten Binde verhindert wird, da Ihr liebes Kind doch sonst keine andere Bewegung des Leibes machen kann, als eben diese.

Die

Die dritte Folge

ist die Verstopfung der Drüsen im Unterleibe Ihres Kindes, Anhäufung der überflüßigen Säfte an verschiedenen Orten seines Körpers, als im Kopf; in der Höhle der Brust, im Unterleibe. Durch ein solches Einwickeln des Körpers Ihres Kindes mit den Windeln und Fätschen, stören Sie offenbar das Gleichgewicht seines Körpers. Denn die von der Natur in allen Theilen des Körpers zu vertheilende Masse der Säfte kann nicht verhältnißmäßig ausgetheilet werden, sobald ein Theil des Körpers durch äußerliche Binden mehr zusammen gedrücket wird, als der andere, und daher entstehen die kurz zuvor erwehnten Uebel, an welchen jährlich so viele Kinder sterben.

Zum größten Glück der Kinder ist es freylich nicht allemal nothwendig, daß dergleichen Uebel im ersten Monate erfolgen müssen, genug wenn auf solche Art der Grundstein zu solchen Uebeln geleget wird, welche früh oder spät ausbrechen. Eben so wenig ist es eine Folge, daß dieses allen Kindern ohne Unterschied wifahren muß. Ein Glück für diejenigen, welche eine so gesunde und starke Beschaffenheit des Körpers haben, daß sie von diesen Uebeln befreyet bleiben.

Die vierte Folge

ist der ungleiche Wuchs des Körpers Ihres Kindes. Unter allen Gattungen lebendiger Geschöpfe, derer doch so viele Millionen mehr auf der Welt sind, als Menschen, wird man gewiß nicht so viele ungleich gewachsene und bucklichte antreffen, als unter den edelsten der Geschöpfe allein. Soll Sie diese Betrachtung nicht billig beschämen, und Sie sattsam überzeugen, wie tief Sie sich im Nebel der Ungereimtheit durch Ihr unzeitiges Klügeln versenken. Sie sehen täglich die harten Strafen der Natur an so vielen elenden Menschen, welche ihre kummer- und jammervolle Tage mit Seufzen dahin bringen, weil ihr Körper in der Jugend so grausam durch das feste Einwickeln ist mißhandelt worden; und nichts destoweniger beschäfftigen Sie sich noch bis auf den heutigen Tag verschiedene Maschinen auszusinnen, bey Ihrem Kinde einen schönen Wuchs des Leibes zu befördern, da doch am Ende eine schief gewachsene, bucklichte Gestalt Ihre Arbeit belohnet, und zu spät erkennen Sie alsdenn Ihre Unbesonnenheit, wenn Sie anders noch so gerecht seyn wollen, dieses einzugestehen. — Umwickeln Sie das Kind mit den gehörigen Binden, aber geraumig und bescheiden, damit es die nothwendige Bewegung machen kann, und verbannen Sie im Gegentheil alle elenden ausgesonnenen Feßeln und Maschinen, wodurch Sie der Natur Gewalt anthun, und der gü-

 tigsten

tigsten Vorsicht Gesetze vorschreiben wollen. — Ich weiß gar wohl, daß auch viele Kinder bucklicht oder einseitig werden aus dummer Unachtsamkeit Ihrer Kindsweiber und Dienstmägde; wenn nämlich das Kind ein wenig gehen kann, so geschieht es oft, daß dasselbe einen Fehltritt macht und fallen könnte, damit es also nicht fällt, so reissen diese das arme Kind mit einer Hand in die Höhe, wodurch freylich oft geschieht, daß das Schulterblatt durch das gewaltsame Reissen aus seiner natürlichen Lage verrücket wird, weil die noch zarten weichen Theile zur Befestigung desselben über die Maßen ausgedehnet werden, so kann das Kind nach und nach schief wachsen. Auch kann dieses durch einen Fall oder Stoß des Kindes geschehen, wodurch die Wirbelbeiner des Rückgrads aus ihrer natürlichen Lage kommen können. Ingleichem von der Gliederkrankheit der Kinder, oder andern bösartigen Säften, welche sich zwischen diesen Wirbelbeinen versammeln können, allein dieses gehört nicht hieher.

Sie müssen daher Ihrer sogenannten Kinbettwärterinn ernstlich anbefehlen, die Windeln niemal zu feste und nie zu kalt noch zu warm, anzulegen. Auch müssen die Füße so locker als möglich gebunden werden, so daß das Kind vollkommene Freyheit hat seine Kniee zu biegen; übrigens müssen die Füße nicht ganz nahe aneinander kommen. Unter jeden Arm, hinter die Ohren, unter den Hals, zwischen

die Schenkel, und endlich auch zwischen die Hintertheile, müssen Sie alle Tage, so oft das Kind gewaschen oder gebadet worden, ein wenig Baumwolle oder ausgezupfte feine Leinwandsfaßern einlegen lassen. So gering dieses Mittel ist, so vortheilhaft ist dessen Gebrauch, indem es die Kinder vor dem Fratwerden sicher verwahret, und ich hoffe Sie werden Ihrem lieben Kinde diese kleine Wohlthat auch gern erweisen.

Mit dem Kopf des Kindes giebt es bey dem Windeln noch eine eigene Beschäfftigung. Man nimmt gemeiniglich ein feines vierfach zusammengelegtes Läppchen, legt es oben auf das Blättlein oder Fontanelle und oben drüber das Häubchen. Und ich rathe Ihnen innwendig an dem Häubchen, an der Stelle, welche das Blättlein bedeckt, eine hinlängliche Menge feiner Baumwolle anzunähen; diese wird erwärmen, und doch nicht drücken. Auch empfehle ich Ihnen solche Häubchen, bey welchen die Ohren frey und nicht angepreßt sind: denn diejenigen Kinder, welche etwas abstehende Ohren haben, hören allemal besser als andere.

Endlich müssen Sie auch die Windeln in der Kindsstube weder waschen noch trocknen lassen, indem die davon entstehende faulende Dünste, ein[illegible]es Gift für Ihr liebes Kind sind.

II.

Von der Säuberung des Kindes.

Die Reinigkeit des Körpers, welche so viel zu unserer Gesundheit beyträgt erfordert, daß Sie das Kind öfters bey Tag und Nacht waschen lassen; vor allem aber sollen Sie besorgt seyn, daß das Kind niemals lange in seinem eigenen Unflathe liege, und so viel möglich trocken gehalten werde: denn diese nasse Unreinigkeit, welche den Körper berührt, kann verschiedene Uebel verursachen, denen man auf solche Art ausweichet.

Dem alten Herkommen nach badet die Hebamme Ihr liebes Kind, nur die ersten sieben höchstens neun Tage. Aber sieben oder neun Bäder sind lang nicht hinreichend: und wenn Ihnen die Gesundheit Ihres Kindes lieb ist, und welcher Mutter sollte sie es nicht seyn? so rathe ich Ihnen, dasselbe wenigstens die ersten zwölf Wochen alle Tage, und nachher die Woche ein oder zweymal baden zu lassen, und auf diese Art bis zu einem Jahre fortzufahren, den Kunstgriff kann Ihre Kindsmagd leicht erlernen.

Bey oder nach dem Bade wird sich Ihre Kindsmagd gefallen lassen, den Mund des Kindes zu untersuchen, ob er rein oder angelaufen, und die ganze Höhle desselben, mit einem Schwamm oder zarten Läppgen, welches vorher in eine Mischung von Honig und Wasser ein-

eingetaucht worden, auswaschen. Ich bin durch vielfältige Erfahrung überzeuget worden, daß bey einem sonst gehörigen Verhalten, diese kleine Mühe, welche die Reinlichkeit erfordert, Ihr liebes Kind für dem oft so beschwerlichen Kurvus oder Schwämgen verwahre.

Ein gelindes Reiben des Unterleibs, mit der flachen Hand oder einem feinem Lappen, ist Ihrem Kinde ebenfalls höchst zuträglich. Wollen Sie auch mit einem sehr weichen Bürstgen den Kopf sanfte abreiben, und dadurch den Schmutz wegschaffen lassen, so werden Sie viele verdrüßliche Hautkrankheiten, welche sich an dem behaarten Theil des Kopfes zu äußern pflegen, wo nicht abhalten, doch gewiß schwächen können.

Gemeiniglich nimmt man Milch und Wasser zum Bad, und braucht es lauwarm. Dieses ist auch Ihrem Kinde im Anfange sehr nützlich, weil kleine Kinder weder allzu große Wärme ertragen können noch auch erkältet werden müssen; noch besser aber ist es, wenn Sie nach der Kindbett bloßes Wasser darzu nehmen, und die Bäder immer kühler brauchen lassen, so daß sie endlich ganz kalt gegeben werden können. Alsdenn können Sie hoffen, daß sie zur Gesundheit und Stärke des Körpers Ihres Kindes sehr viel beytragen.

Unter denn Ausleerungen ist der Schweiß eine der wichtigsten. Sie glauben gewöhnlich

man könne das Kind nicht warm genug halten, und lassen daher im Winter die Wiege dicht an den Ofen stellen, die Betten erwärmen, Bettflaschen an die Füße Ihres Kindes stellen, und auch noch so gar den Unterleib mit einem Pelzfleck bedecken. Auf diese Art verlohr der junge Herzog von Beaumont, ein Enkel des Königs Heinrich von Navarra, sein Leben. Er wurde nämlich der schon ziemlich alten und ungemein frostigen Amtmänninn zu Orleans, der Großmutter des Marschalls de Matignon, zur Erziehung übergeben. Sie saß beständig bey einem großen Feuer in ihrem Zimmer eingesperrt, und wickelte und packte den kleinen Körper des jungen Prinzen, so, daß er vor Hitze hätte schmelzen oder ersticken mögen. Sie war in diesem Stücke so hartnäckig, daß sie sich gar nicht bedeuten ließ, bis endlich der liebe kleine Herzog von Beaumont in seinen Betten und Windeln erstickte. Laßt ihn nur, sagte die gescheide Frau Amtmänninn, wann sie darüber getadelt wurde, es ist besser schwitzen, als frieren.

Wenn man die dicken Windeltücher, die hohen Betten, worinn Ihre liebe Kinder stecken, die Vorhänge vor allen Thüren und Fenstern sieht, und die dunstige Hitze der Luft in den Zimmern riecht; so sollte man freylich nicht glauben, daß es Jemanden einfiele, daß hier Gefahren von Erkältungen wären. Indessen sind sie doch wirklich vorhanden, und zwar eben

des-

deswegen, weil Sie Ihre Kinder allzu warm halten. Wenn sie im Schweiße fast zerfließen, so können Sie sie freylich kaum aus der Wiege nehmen, an ein Fenster bringen, oder entkleiden, daß nicht ihr Schweiß kalt würde; und wenn auch dieses nicht geschehe, so macht sie doch die Hitze gewiß ungesund. Wir sehen wie nervigt und stark jene nordische Kinder sind, welche beständig der kalten Witterung ausgesetzt bleiben, da hingegen die Kinder der östlichen und mittägigen Länder ganz matt und kraftlos dahin schmachten. Jeder patriotische Arzt muß aber daran verzweifeln, diese schädliche Gewohnheit durchgängig abzuschaffen. Das System von Erkältungen ist Ihre Pathologie, und die Maaßregeln, sie zu verhüten, sind so unsinnig genommen, und auf das Herkommen so vest gegründet, daß weder Ernst noch Vernunft etwas dagegen vermag.

So schädlich nun Ihrem Kinde ein allzuheisses Verhalten ist, so schädlich ist es ihme auch, wenn Sie es lange entblößt liegen, oder mit bloßem Haupt und Füßen unbedeckt herum tragen, oder auf eine andere Art erkälten lassen. Hingegen aber müssen Sie um die Ausdünstung gehörig zu unterhalten Ihr Kind oft waschen, und seine Wäsche worunter besonders die Windeltücher gehören, fleißig ändern lassen. Dieses letztere ist auch besonders wegen dem Urin und den Exkrementen nothwendig. Der Urin muß nach dem mehr oder weniger genossenen

Getränke stark oder schwach abgehen, sonst ist Ihr liebes Kind krank.

Ist Ihr Kind gesund, so erfolgt die Leibesöffnung in vier und zwanzig Stunden zwey bis dreymal, der Unrat hat eine gelbe Farbe und ist mehr weich als hart; geht er aber wie gehackte Eyer oder grün gefärbt ab, oder findet sich gar eine Verstopfung ein, so ist Ihr Kind in kränklichen Umständen. Bey einer Verstopfung hilft ein Klystier mehr als alle nur mögliche Arzneymittel. Ich empfehle Ihnen also das nachfolgende Klystier, weil ich aus vielfältiger Erfahrung weiß, daß Klystiere die größten wichtigsten Hilfsmittel sind, deren man sich bey Kinderkrankheiten bedienen kann:

Nimm drey bis vier Löffel voll Milch und eben so viel Wasser, lasse es auf dem Feuer warm werden, mische zwey Löffel Oel und einen Löffel voll Honig darunter, und thue es hierauf in eine Klystierblase.

Soll das Klystier mehr abführend seyn, so mischt man ein Kaffeelöffelein voll Küchensalz hinzu.

Ein solches Klystier darf aber nicht wärmer gegeben werden, als man die

Wär-

Wärme der Blase auf dem Auge leiden kann.

Die Beybringung des Klystiers lernet Ihre Kindsmagd von der Hebamme; mit der Klystierröhre kann Ihnen der Drexsler, und mit einer Blase der Metzger dienen. Muß es Ihnen nicht äusserst angenehm seyn, wenn Sie ohne Zeitverlurst Ihrem Kinde in vielen Fällen selbst helfen können? —

III.

Von der Nahrung.

So bald Ihr liebes neugebohrnes Kind die Welt erblickt, sind Sie schon durch eine allgemeine üble Gewohnheit beflißen, der Natur dieses zarten Wesens Gewalt anzuthun; Sie gewöhnen Ihr Kind schon an Heilmittel, ehe und bevor jemand eine Krankheit in seinem Körper zu entdecken vermögend ist. Die weisesten Gesetze der gütigen Natur, welche so sorgfältig für alles gesorget hat, was dem lebenden Geschöpfe zum Nutzen dienen kann, werden außer Acht gesetzet; statt daß Sie Ihrem Kinde, die nach der Geburt in Ihren Brüsten abgesonderte erste wäßrige Milch reichen, welche alle in den zarten Gedärmen Ihres Kindes so lang aufbehaltene Unreinigkeit abführen soll, muß Ihr Kind so gleich einen Rhabarbarsaft, oder einen andern abführenden Saft neh-

nehmen. Dieser Misbrauch hat sich so sehr eingewurzelt, daß sich selten ein Arzt unterstehen darf, dawider etwas einzuwenden; nun mag es seyn, daß dergleichen vermeinte Kleinigkeiten von einigen Aerzten einer Ahndung nicht würdig scheinen, oder daß einige dieser Herren von Ihrer Empfehlung abhangen, daß untersuche ich nicht, genug diese Gewohnheit ist allgemein.

Wissen Sie wohl was für Veränderungen erwachsene Personen unterworfen sind, welche ein abführendes Mittel nehmen? Sie verspüren nämlich eine kleine Mattigkeit der Glieder, oft großen Durst, oft eine mittelmäßige, oft eine große, oft gar keine Eßlust, bisweilen ein Erbrechen, bisweilen nur einen Reitz darzu, je nachdem der Körper von dem abführenden Mittel angegriffen, und in einen Zustand versetzet wird, welcher demselben mehr oder weniger widernatürlich und gewaltsam ist. Dieses als richtig und bewiesen vorausgesetzt sollte es wohl möglich seyn, daß das bloße Nervengewebe Ihres zarten Kindes, welches noch nicht durch mehrere dergleichen Wirkungen abgenützet, folglich viel empfindlicher, und reitzbarer ist, von solchen Mitteln nicht gereitzet würde? — Und was kann ein solcher Reitz wohl verursachen? — Setzt er die zarten Nerven Ihres Kindes nicht auf solche Art in eine widernatürliche Lage? — Spannt er die Nerven nicht außerordentlich an, welches zu verschiedenen

nen frichtartigen Bewegungen Anlaß geben kann? — Kann dieser Reitz nicht eine allzu große Eßlust erwecken, wodurch der Magen Ihres Kindes zu viel mit Nahrung angefüllt und ausgedehnt, die Verdauung verhindert, und alle aus dieser entspringende Unheile, als die Gelbsucht, das Bauchgrimmen, das Kurvus Würmer, die beständige Unruhe, Erbrechen, Durchfall, und Frichter verursachet werden können? —

Muß es doch darauf ankommen, dem armen Geschöpfe dasjenige zu versagen, worauf seine Natur mit Recht einen Anspruch machen kann, ich meyne Ihre Brüste, so geben Sie ihm wenigstens die Molken, welche von aller Säure durch Krebsaugen befreyet worden, zu trinken. Diese führen die verhaltenen Unreinigkeiten Ihres Kindes besser ab, und zwar ohne den mindesten Reitz zu erwecken, und sind auch seiner Natur allemal besser angemessen, als der Rhabarbarsaft, oder ein anderer abführender Saft.

In den ersten Tagen müssen Sie also Ihrem Kinde nichts anders als die Molken geben. Dieses Nahrungsmittel, ist den zarten Verdauungskräften Ihres Kindes so angemessen, daß ich Ihnen kein besseres empfehlen kann: und zuverläßig, ist es auch weit nahrhafter, als das Engelsüß, Pappel, und Aniswässerlein, den Aufguß von den Kinderspecies mit eingeschlossen, und endlich als der Kaffee.

Die-

Dieses letztere Getränke ist verwerflicher als alle übrigen, weil es eine Reihe von schlimmen Folgen hinterläßt. Möchten Sie doch nur eine kleine Aufmerksamkeit darauf verwenden, so würden Sie bald einsehen, daß diejenigen Kinder denen Sie immer Kaffee geben, sich weit öfter erbrechen, viel unruhiger sind, und mehr Verstopfung leiden, als andere Kinder. Sie werden hingegen in der Folge mit Vergnügen sehen, daß sich die Kinder welche Molken trinken, allemal besser befinden als die übrigen.

So bald Ihr Kind mehr Nahrung erfordert, so geben Sie ihm des Tags höchstens zweymal einen Brey von geröstetet Semmel mit Milch sehr dünne gekocht, und um das Gerinnen im Magen zu verhindern, können Sie etwas Zucker darauf streuen lassen. Das gewöhnliche Kindsmus hingegen, welches Sie mit Milch aus Mehl und öfters noch feuchtem Mehle zusammen kochen lassen, ist Ihrem Kinde sehr schädlich. Weil das Mehl noch keine Gährung überstanden hat, so ist es auch schwerer zu verdauen, verursachet auch leichter eine Säure, und ein solcher Brey ist, mit einem Wort zu sagen, die Ursache vieler Krankheiten. So gesund aber auch der obige Brey Ihrem Kinde ist, so müssen Sie ihm doch niemals zu viel auf einmal, sondern lieber öfter geben lassen, und wenn das Kind keine Eßlust haben sollte, es ja nicht zwingen. Zu meinem größten Verdruße habe ich schon öfters bemerkt,

daß

daß ein solcher Mehlkleister, dem Kinde täglich dreymal, und zwar in ziemlicher Menge, gegeben wird. Warum aber dieses? Macht dann das Kind so viele Bewegung mit dem Körper in freyer Luft? — Oder hat dasselbe so viele und schwere Kopfarbeiten zu verrichten, wodurch eine Menge Säfte des Körpers verschwendet, und durch so häufige Nahrung wieder ersetzet werden müssen? — Es scheint, als wenn die erwachsene Personen von sich selbst auf das Kind schließen wollten. — Das Geschrey Ihres Kindes ist nicht allemal ein Zeichen des Hungers, sondern es winselt im Gegentheile öfters mehr wegen allzu vieler Nahrung, als wegen Abgang derselben.

Auch müssen Sie nie zugeben, daß Ihre Kindsmagd das Mus oder den Brey mit ihren Fingern dem Kind in den Mund streichet, noch weniger das Löffelein voll Mus vorher durch ihren Mund gehen läßt, ehe ihn das Kind erhält; Ihre Kindsmagd kann die Wärme des Breys kosten ohne ihn mit dem oft auch sehr ungesunden Speichel zu verunreinigen. Fast zu Tode möchte ich mich oft ärgern, wenn ich ein altes Kindsweib gewahr werde, daß ihrem anvertrauten Kinde, einen Brey, den sie erst in ihrem Munde wohl durchkauet hat, in den Mund schmieret. Stellen Sie sich nur selbst den Mischmasch eines solchen Breyes, des Speichels, und des Zahntartars vor, den eine solche hohlzahnigte Kindsmagd ihrem Engelchen

gelchen ins Mäulchen streicht. — Da ein solches Weib eben nicht gewohnt ist, sich den Mund oft aufzuspühlen, und da sie an hohlen Zähnen selten einen Mangel hat, so fehlt es ihr auch wohl niemals an Speisen, die zwischen ihren Zähnen verfaulen, und ihr Mund ist immer ein Magazin von faulem Fleische. Diese Fäulniß wird sodenn dem Kinde beygebracht, und es ist glücklich, wenn es sich davon erbricht, weil ihme sonst Fieber und faulende Krankheiten drohen. Hat ein solches Kindsweib noch darzu üble, oder skorbutische Säfte, so pflanzen sich diese durch den Speichel fort, und ein solches armes Kind kann also mit dem vollkommensten Recht seiner liebesvollen Wärterinn zurufen, was ein Dichter sagt:

Deine Freundschaft wird zur Plage!

Ich kehre mich aber von diesem eckelhaften Gegenstande hinweg, und wende mich zu einem Instrument dessen man sich neben dem Löffel bedienet, welches aber noch weit schlimmer ist als der Finger womit die Wärterinn Ihrem Kinde den Brey in den Mund streicht, und dieses ist der Schnuller oder Noller.

IV.

Von dem Schnuller oder Noller.

Alle durch diese gewaltsame Martern verursachte Unordnungen, welche die Unruhe, Schlaflosigkeit,

losigkeit, und das Geschrey Ihres Kindes ununterbrochen befördern, suchen Sie durch ein Mittel zu lindern, welches eben so nachtheilig ist. Es ist nicht genug daß der Magen Ihres Kindes so oft theils mit der nahrhaften Milch, theils mit dem Mehlbrey überladen wird, sondern die aus einer zusammen gedrehten Leinwand gemachten Schnuller, welche mit gestoßenem Zwieback oder weissem Brod und Zucker angefüllet werden, müssen noch die ganze Zwischenzeit hindurch Ihr Kind zum Saugen anreitzen, eben als wenn Sie besorgten, daß Ihr liebes Kind währendem Schlafe das Essen und Trinken vergessen möchte. Denn außerdem daß solche Kinder gewöhnlich große Mäuler und aufgeworfene Lippen bekommen, und wegen dem beständigen Geifern immer am Kinn und unter dem Halse feucht und naß sind, leicht fratt davon werden, und beständig sauer riechen, so vermehrt dieser Mißbrauch abermal die Anzahl der bevorstehenden Uebel.

Denn erstens muß Ihr Kind durch das beständige Saugen eine Menge Luft mit hineinziehen, welche ihme viele Blähungen, reissende Schmerzen in den Gedärmen, und Beängstigungen verursachen müssen; anbey verschluckt es das Wasser, welches mit dem Speichel, den es vermöge des Saugens an dem Schnuller aus den vielen im Munde vorhandenen Drüsen herausziehet, vermischet wird; dieses kann seinen Magen und die Gedärme

schwä-

schwächen, mithin die Verkochung der angenommenen Nahrung verhindern, und einen Durchfall befördern, welchen Sie so oft in der Zahnung Ihrer Kinder von eben dieser Ursache erfahren.

Zweytens entsteht öfters die Mundfäule bey dergleichen Kindern davon, welche einen Gebrauch davon machen: es ist auch ganz natürlich, daß das Brod mit Wasser und Zucker vermischt, wozu noch der Speichel des Kindes kömmt, besonders in einem warmen Zimmer bald sauer wird; muß nun Ihr Kind beständig eine solche Säure im Munde haben, wie kann es anders seyn, als daß die noch so zarten innerlichen Theile des Mundes von dieser Säure geäzet und schwürig gemacht werden, sodann nach und nach eine Mundfäule verursachen, welche deßwegen viel schwerer zu heilen ist, weil man die Heilmittel nicht eben so gut und sicher als bey erwachsenen Personen anwenden kann.

Da Sie nun drittens das Kind gleich in den ersten Tagen an den Schnuller gewöhnen, so ist es auch ganz natürlich, daß Sie es nicht so bald davon entwöhnen können, und es ihn auch noch behält, wenn die Zahnarbeit anfängt. Wissen Sie aber auch, was diese schädliche Säure hier nicht verursachen kann? — Das Zahnfleisch und der Kiefer Ihres Kindes sind wegen der hervorkommenden Zähne im höchsten Grade empfindlich, auch entzündet: wenn nun diese Theile noch von aussen so sehr durch eine

Schärfe

Schärfe gereitzet worden, so därfen Sie sich gar nicht verwundern, daß die ohnehin schmerzhafte Zahnung um ein merkliches vergrößert wird, lang anhaltende Gichter verursachen, und endlich den Tod befördern kann. Wenn nun auch viele Kinder eine so starke Natur haben, diesem zu entgehen, so sind doch schwache, unordentliche, schief gewachsene, faule zerfressene Zähne die Folgen dieses Mißbrauchs. So lange noch die Welt steht, werden die Zahnärzte vergebens Mittel und Maschinen aussinnen, um den aus dieser Ursache entstandenen Uebeln abzuhelfen, und ich betrüge mich nicht, wenn ich behaupte, daß den erwachsenen Personen viele üble Zustände der Zähne zustossen, welche einzig und allein von dem heilosen Schnuller herzuleiten sind. Denn glauben Sie sicherlich: wenn ein Theil unsers Körpers in der Jugend verdorben wird, so kann die Natur sich im Alter nicht mehr so leicht helfen, und das verlohrne ersetzen; sie nimmt ihren Lauf fort, und verachtet Maschinen und Gewalt, wodurch man sie zwingen will.

Auch das sogenannte Düttlein oder Zutschkänngen, woraus man die Kinder gemeiniglich trinken läßt, giebt zu übeln Folgen Gelegenheit. Ihr Kind muß nicht allein viel Gewalt anwenden das Geträncke herausziehen, sondern es schluckt auch viele Luft zugleich mit ein, die nothwendig in der Folge, Magenwinde, Erbrechen, Durchfälle verursachet. Nicht selten

bekömmt das Kind auch zu viel Getränk auf einmal, und der Magen wird überladen. Ich empfehle Ihnen also Ihr Kind gleich von Anfang zu gewöhnen, daß Getränk so wie die Nahrungsmittel mit einem Löffel zu empfangen. Auch müssen Sie ihm das Getränk ja niemal eiskalt, sondern etwas überschlagen, und lieber abgesetzt und öfter, als ein halbes Quart auf einmal reichen lassen.

In der Folge wenn Ihr liebes Kind stärker wird und mehr Nahrung nöthig hat, so geben Sie ihm täglich dreymal obigen Brey, und jedesmal etwas wenig darauf zu trinken. Zur Veränderung können Sie ihm auch eine magere Fleischsuppe, Reiß, Gerste und Habergrütze, mit Wasser und wenig Milch abgekocht, und durch einen reinen Lappen durchgeseihet, geben. Insbesondere empfehle ich Ihnen das zu Pulver gestossene oder fein gemahlene Reiß. Alle andere Arten Speisen aber sind dem zarten Kinde schädlich.

V.

Von der Bewegung.

In dem Abschnitte von den Windeln habe ich Ihnen gezeiget, wie nothwendig die Bewegung des Körpers dem Kinde sey, um die Verkochung der eingenommenen Nahrung zu befördern; daselbst aber war nur die Rede von

der

der Bewegung, welche die Natur in einem jeden Kinde selbst macht um sich zu helfen, nun will ich Ihnen auch ein wenig jene Bewegung bekannt machen, welche Sie um Ihres Kindes Gesundheit zu erhalten, mit seinem Körper machen müssen.

Derjenige handelt äußerst voreilig, es sey meinetwegen ein Gelehrter oder Ungelehrter, welcher unsere Vorfahren einer Ungereimtheit beschuldigen wollte, da diese den Gebrauch der Wiegen für das Kind einführten. Diese für den zarten Körper Ihres neugebohrnen Kindes so angemessene, so sanfte Bewegung kann die Ruhe, wie es doch die Erfahrung zeigt, am beßten verschaffen, und was kann Ihrem Kinde wohl diensamer seyn, als eben diese, wodurch die Verkochung der Nahrung so gut von statten geht? — Allein so wie in allen Sachen eine neue Mode seyn muß, eben so beschäfftigten sich auch die witzigen Neuerungsgeister etwas auszusinnen, welches neu, aber auch um so viel übler war, sie bemühten sich durch einsichtvolle, und vom Witz schimmern sollende Beweisgründe die so weise Gewohnheit zu vertilgen. Schwindel, Erbrechen, woraus Brüche, Gichter entstehen, und wohl gar der Tod kann beschleuniget werden, waren die übeln Folgen vom Wiegen, als von einer Bewegung, welche dem Kinde widernatürlich ist. Diese Beweißthümer sind zu seicht und zu lächerlich, als daß sie eine Widerlegung verdienen. Nur einen Gegensatz, und dieser sey genug:

Eine erwachsene Person, welche mehr Nahrung zu sich nimmt, als seine Natur vertragen kann, bekömmt ein Erbrechen, welches, wie wir oft erfahren, von der gütigen Natur selbst erwecket wird, um sich von dem Ueberfluße zu befreyen. Woher nun dieses? — Etwan auch von einer widernatürlichen Bewegung? Ich leite das Erbrechen Ihres Kindes von einer ganz natürlichen Ursache her: In dem nämlichen Abschnitte von den Windeln, habe ich Ihnen dasselbe als eine Folge von dem mit allzu vieler und starker Nahrung überladenen Magen Ihres Kindes angegeben, untersuchen Sie nun selbst, wie oft sich nicht dieser Fall ereignet, und dann urtheilen Sie selbst, ob ich es getroffen habe.

Anstatt dieser Wiege nun, weil diese große Geister doch einsehen, daß Ihr Kind einer Bewegung bedarf, muß das Kindsweib das Kind auf den Armen herumtragen, und hin und her bewegen. Ich glaube, und Sie werden es hoffentlich auch selbst einsehen, daß diese Bewegung viel ungleicher und gewaltsamer ist, mithin eher, als die Bewegungen der Wiege dem Kinde schaden kann; anbey ist dieses Herumtragen mit mehr Gefahr verknüpfet, weil ein oder andrer Theil des Körpers des Kindes kann gedrücket werden, wodurch demselben ein schiefer Wuchs oder ein anders Unglück widerfährt.

Das

Das Zimmer, wo Ihr Kind in der Wiege liegt, muß nicht zu hell seyn, damit seine schwache Augen nicht allzu heftig angegriffen werden. Die Helle soll auch nicht von der Seite, sondern hinter dem Kinde herscheinen; oder wenn sie nicht sehr stark, dem Kinde gerad ins Gesicht fallen. Sie muß beyde Augen gleich bescheinen. Die nämliche Sorgfalt müssen Sie auch anwenden, wenn man des Nachts ein Licht in das Zimmer setzt, denn weil das Kind immerdar seine Augen nach der Seite, wo das Licht steht, drehet, so kann es gar leicht schielend werden. Ja diese üble Gewohnheit könnte mit der Zeit Ihrem Kinde einen krummen Hals verursachen, und in Zukunft sehr beschwerlich fallen. Auch müssen Sie Ihrer Kindswärterinn auf das strengste verbiethen, daß sie dem Kinde das Licht nicht zu nahe an die Augen hält, weil es sich nach und nach gewöhnen würde, alles sehr nahe zu betrachten, und daher kurzsichtig werden könnte.

Erwacht das Kind, und wird aus der Wiege aufgehoben, so müssen Sie es ebenfalls niemals gleich in eine große Helle versetzen lassen; indem eine so schnelle Veränderung seine Augen dergestalt heftig angreift, daß sich die Sehnerven widernatürlich zusammenziehen; und daher kommt es auch, daß das Kind manchmal ausserordentlich stark mit den Augen blinzelt. Ja durch diesen Unverstand kann ein solches Kind völlig blind, oder doch wenigstens auf seine

ganze Lebenszeit blödsichtig werden. Die Erfahrung und Kenntniß der Einrichtung und Struktur des Auges machen diese kluge Vorsicht höchst nothwendig.

Nach dem Essen müssen Sie das Kind einige Minuten lang auf dem Arm herumtragen, und ja nicht sogleich wieder niederlegen lassen, denn es ist ihm gesund, wenn es vorher einiger Winde loß werden kann.

Schläft Ihr liebes Kind ruhig, o so lassen Sie es schlafen so lange es will. Auch muß es weder durch ein Geräusch, noch durch Gerüche von aller Art, im Schlafe gestört werden. Den Tag über suchen Sie es so viel es möglich munter zu erhalten.

Keine Kinder lassen sich freylich bequemer warten, als die stets schlafen. Daher können auch Ihre saubere Kindsmägde sehr genau die Tugenden der Lilien in den Kindsstuben, die Kräfte des Schlafmethridats, der sogenannten mit Opium versetzten Windpülverlein, ja wenn sonst nichts zu haben ist, doch wenigstens des heftigen Wiegens und Summens. Da aber dieses ein ganzes Register von heilosen Künsten ist, deren viele Ihrem lieben Kinde die gefährlichsten Anfälle verursachen können, so müssen Sie solche Ihren Kindsmägden auf das schärfste, ja mit dem Bedrohen im Fall des Ertappens sie aus dem Hause sogleich hinauspeitschen zu lassen, untersagen.

Auch müssen Sie Ihr liebes kleines Kind nicht von Jedermann küssen lassen. Ein Umstand auf den Sie meistens nicht, oder sehr wenig Acht haben. Sieht Ihr liebes Kind nur ein wenig schön aus, so wollen es alle Leute küssen. Weil es aber viele Personen giebt, welche entweder einen übelriechenden oder unreinen Mund, oder einen ungesunden Speichel haben, so kann auch daher Ihr liebes kleines Kind leicht Finnen oder Blätterchen im Gesicht, Geschwüre um den Mund, ja wohl von einer angesteckten venerischen Person auf diese Art gar die Lustseuche bekommen.

Fünfzehnte Abtheilung.

Von der Lebensordnung der entwöhnten und zu laufen anfangenden Kinder.

Was macht viel Kinder siech? Vielleicht Natur und Zeit?
Nein, mehr der Mütter Weichlichkeit.
O Mutter, soll dein Kind gesund in Städten blühen:
So zieh es in der Stadt, wie es die Dörfer ziehen!

Da ich Ihnen allbereits schon in der dritten Abtheilung die Vortheile der freyen Luft hinlänglich erkläret und angepriesen habe, und

und die nämlichen Vortheile sich auch auf Ihre lieben Kinder erstrecken, so werde ich mich hierüber ganz kurz fassen.

Die Kinder der Bauren, welche der einfältigen Natur getreu erzogen werden, im Sommer bey heiterem Himmel auf dem Felde sich vergnügen, und im Winter oft bey der strengsten Kälte, unbedeckt mit offener Brust und Baarfuß herumlaufen, kennen keine widrige Eindrücke der Luft, und sind so gesund, wie die Fische im Wasser; dahingegen die vornehmen Stadtkinder, welche mühsam für aller Luft bewahret werden, in ihren Kindsstuben in einer feuchten, dunstigen und meistens zu warmen Luft, wie Winterspargel, schwach heranwachsen, beständig kränklich sind, und bey der mindesten Zugluft in Gefahr stehen, ihr bisgen schwaches Leben zu verlieren. Wissen Sie aber auch worauf die Ursache dieses so großen Unterschiedes beruht? — Einzig und allein auf der Gewohnheit. Die Kindheit ist die Zeit, da Sie ihre Kinder an das gewöhnen müssen, was sie im Alter sollen ertragen lernen. Bringen Sie also Ihre Kinder mehr an die freye Luft, so werden sie sich auch mit zunehmenden Jahren durch Gewohnheit gleichsam abhärten: und so wird ihnen auch keine Veränderung der Luft schaden können; nur darf der Uebergang von einer kalten in eine zu heisse Luft, und auch umgekehrt, nicht zu plötzlich seyn. Nur ein einziges Beyspiel, und dieß sey genug. Im Decem-

December abgewichenen Jahres kam vor einem gewissen Dorf ein zugemachter Wagen vorbey, worinn ein Graf mit seiner Gemahlinn saß, welche zwey artige Kinder in Pelz über und über eingehüllt bey sich hatten, die aber eben so wie ihre gnädige Aeltern selbst, mager und blaßgelb aussahen. Als der Wagen dahin kam, wo eine Menge Bauerkinder halb nackend im Schnee wadeten, und doch so gesund und munter aussahen, wie ihre Väter, die vor dem Dorfe stunden, und ihren muthwilligen Spielen zuschaueten, ließ der Graf den Wagen still halten, und hielt mit einem dicht an seinem Wagen stehenden und mit der größten Neugierde in denselben hineinschauenden Bauer folgendes Gespräch:

Graf. Sind das eure Kinder, die dort spielen.

Bauer. Ja Herr, sie machen sich da ein wenig lustig.

Graf. Ihr Unmenschen, liegt euch an euren Kindern nicht mehr, als daß ihr sie so muthwillig um ihr Leben und um ihre Gesundheit bringt? Ist es wohl ein Wunder, wenn sie Schnuppen, Husten, und Flußfieber bekommen?

Bauer. O, unsere Kinder sind Gottlob immer gesund, und können alles ausstehen; aber die beyden da im Wagen sollen wohl den Guckguck nicht oft mehr rufen hören.

Graf. Ja, daraus sehet ihr eben, was die gute Pflege thut. Denn hätten sie die nicht, so würden sie längst gestorben seyn.

Bauer. Die Arbeit taugt nicht. Unsere Kinder brauchen keine Pflege, weil sie von uns herstammen, die wir auch ohne Pflege groß geworden sind. Allein, diese da sind viel zu schwächlich, als daß sie leben könnten, und ihr Vater und Mutter würden gewiß das nicht ausstehen können, was unsere Kinder aushalten.

Graf. Wodurch seyd ihr denn so stark geworden.

Bauer. Das geht vom Vater auf den Sohn fort. Unsere Kinder müssen gleich in der Jugend alles ertragen lernen.

Graf. So werden euch aber wohl zwey Drittheil davon sterben, ehe ihr einen Drittheil groß ziehen könnet? Und wer denn aufkommt, der wird freylich stark.

Bauer. Gesetzt auch, daß dieses wäre; so müßte es geschehen, damit das Land starke Leute erhielte, die ihm das Feld bauen und es beschützen könnten. Allein es ist so nicht. Denn es sterben uns weniger Kinder als den Stadtleuten, weil sie die Stärke ihrer Aeltern schon mit auf die Welt bringen.

Graf. Hör, Bauer, du magst recht haben; aber ich habe auch Recht, daß wir nicht alle Bauren seyn können.

Bauer. Der Herr hat doch nicht Recht. Denn seine Kinder könnten Bauern und Herren werden, wenn sie hart erzogen würden, wie unsere. Allein, sie taugen weder zu Bauern, noch zu Herren, weil sie nur leben, um mit dem Tode zu ringen.

Graf. Bauer, schweig, du bist nicht klug. Kutscher fahr zu. Können nicht zuweilen die Bauern und Knechte klüger seyn, als ihre Herren? —

I.

Von der Reinlichkeit.

Diese ist ein Hauptstück bey der Behandlung Ihrer Kinder. Durch ihre Beobachtung können Sie sie munter und gesund erhalten, vernachläßigen Sie aber solche, so ziehen Sie ihnen verschiedene kränkliche Zufälle auf den Hals. Ein reinlich gehaltenes Kind wird Ihnen allemal mehr Vergnügen machen, als ein sauer und übelriechendes, mit Ausschlag besetztes und durch Verwahrlosung oft äußerst abgezehrtes, welches zwar Mitleiden erwecket, aber auch eine solche Behandlungsart verwünschen heißt.

Die verschiedenen Ausleerungen machen die Reinlichkeit höchst nothwendig, und Sie müssen sich's auch zur Pflicht machen, Ihr liebes Kind schon in dem zartesten Alter zu gewöhnen, sie

sie zu beobachten. Gewöhnen Sie Ihr Kind, alle Morgen früh zu Stuhle zu gehen, so wird es auch in der Folge diese Gewohnheit beybehalten: lassen Sie es nicht eher zu Bette legen, als bis es seinen Urin von sich gelassen, so wird es nie die schädliche und schändliche Gewohnheit annehmen, den Urin in das Bette laufen zu lassen. Wird Ihr Kind täglich gewaschen, so wird es sich auch in der Folge selbst waschen, wenn Sie ihm die gehörige Anleitung dazu geben. Das bloße frische Wasser ist das beßte Reinigungsmittel, welches zugleich den Körper Ihres Kindes stärkt. Aus diesem Grunde empfehle ich Ihnen auch die kalten Bäder für Ihre Kinder.

Die Unreinigkeiten auf dem Kopfe wegzubringen, müssen Sie Ihrem Kinde den Kopf täglich mit kaltem Wasser waschen, und nachgehends die Haare auskämmen lassen. Das Frisieren erhält nur alsdenn die Haare Ihres Kindes gut, wenn Puder und Pomade täglich davon weggekämmt werden, und nur so wenig als möglich davon gebraucht wird.

Nichtweniger muß auch Ihre Kindsmagd dem Kinde jederzeit mit der größten Behutsamkeit die Nase putzen, damit sie nicht ungestaltet werde. Denn weil sie fast wie ein weiches Wachs aller Eindrücke fähig ist, so können außer der dadurch verursachten unangenehmen Unförmigkeit auch noch zerschiedene üble Folgen daraus entstehen. Aus dem nämlichen

Grunde

Grunde muß Ihre Kindsmagd auch wohl Acht geben, daß sich das Kind nicht selbst die Nase beschädiget, im Fall sie solche etwa zu stark gegen ihre Brust drücken sollte.

Auch auf die Reinigung des Mundes, welche bey vielen Kindern vernachläßiget wird, können Sie nicht genug aufmerksam seyn. Es ist nöthig daß Ihr kleines Kind alle Morgen auch nach jedem Essen den Mund mit Wasser ausspühle, die Zähne reinige, und mit dem Finger gelind abreibe. Bey reifern Jahren wird Ihr Kind Ihnen den heissesten Dank davor abstatten, wenn Sie es schon in seiner zarten Kindheit zur Reinlichkeit gewöhnt haben.

II.

Von der Kleidung.

So bald Ihr liebes Kind nach und nach zu wachsen anfängt, so geben Sie sich alle nur mögliche Mühe, dessen Gesundheit dem Eigensinn Preis zu geben. — Alle von einer aufgestellten Modekrämerinn, oder einem privilegirten Neuerungsgeiste, den Tag über ausstudirte neueste Moden müssen an dem armen Kinde sogleich ausgeführet werden. — Ob aber eine solche Mode der Natur Ihres Kindes angemessen, ob sie gute oder üble Folgen nach sich zieht, seinen Körper zu verschiedenen Krankheiten vorbereitet, darum bekümmern

Sie sich wenig: — genug, es ist Mode — es ist etwas Neues — und gefällt Ihnen. — Macht ein wohlmeynder Arzt hierüber eine Ausstellung, und beweiset Ihnen aus natürlichen Gründen, das ein oder das andere Uebel daraus entstehen kann, so pflegen Sie ihn entweder heimlich oder öffentlich auszulachen, oder wenn Sie noch so gnädig sind, es aus Achtung vor seine Person nicht zu thun, so führen Sie gleich andere Kinder an, mit welchen das nämliche geschah, und die doch gesund sind, als ob alle Kinder eine gleich starke Natur hätten, und können Sie denn so ganz gewiß behaupten, daß dieser Mißbrauch nicht schädlich gewesen, oder es nicht künftighin werden kann. Wie viele Mühe giebt sich nicht der rechtschaffene Arzt, um über eine Ihrem Kinde zugestossene Krankheit recht nachzudenken, und die wahre Ursache derselben zu ergründen, wie oft ermüdet er nicht seinen Kopf mit Nachdenken vergebens über einen gähen Todesfall Ihres Kindes, da indessen Sie vielleicht aus Furcht eines verdienten Vorwurfs dieselbe verheelen, und Ihre unbesonnenen Handlungen zu spät beseufzen, wenn Sie anders noch so viel Gerechtigkeitsliebe besitzen, sich einzig und allein die Schuld beyzumessen, und den Arzt mit Ihren heimlichen oder öffentlichen Schmähungen zu verschonen. Doch genug hievon. —

Ein jeder Anzug den Sie Ihrem Kinde machen lassen, muß seiner Bestimmung den

Kör-

Körper zu bedecken angemessen, einfach und und ungekünstelt seyn, auch nicht zu feste anliegen. Ein kleines Kittelchen, welches auf dem Rücken ganz locker zugeschnüret wird, und zum Bettanzug ohne Ermel seyn kann, ist hinlänglich so lang Ihr Kind noch im Umtragküssen oder Golter getragen wird. Strümpfe und Schuhe hat es nicht eher nöthig, als bis es laufen kann, früher dienen sie zwar zur Zierde, aber sie sind auch Ihrem Kinde höchst beschwerlich.

Die Kleidung muß besonders bey den Knaben eben so bequem seyn, als die so sie abgelegt haben, und sie müssen von nichts weder am Halse, an der Brust, noch an den Armen gepreßt werden. Ihre Hosen müssen Sie durch ein drey Zoll breites Hosenband, so bis über die Hüfte hinaufgeht, befestigen, damit das Gelenk des Schenkelknochens nicht dadurch gehindert werde. Die Strümpfe müssen lang seyn, und bis auf den halben Schenkel gehen, um die Kniebänder entbehren zu können, indem die untere Hosenknöpfe oder Hosenbänder meistens die Strümpfe genugsam halten. Ueberhaupt aber müssen Sie in diesem Alter Ihre Kinder, auch selbst in der strengsten Kälte, nie zu warm ankleiden, damit sie nach und nach die Veränderungen der Luft ertragen lernen. Sie müssen sie daher, ausgenommen, wenn die Sonne stark brennet, mit bloßen Köpfen gehen lassen; des Nachts aber den Kopf

gar nicht oder nur mit einer sehr leichten Mütze bedecken. Pelzmützen sind ihnen aber eben so schädlich und ungesund als die Halsbinden.

Um die Füße des Kindes zu härten, und es überhaupt vor vielen äußerlichen Zufällen, so ihme begegnen könnte, in Sicherheit zu setzen, müssen Sie es in Schuhen ohne Absätze gehen lassen; denn je niedriger die Absätze an seinen Schuhen sind, destomehr werden auch die Flechsen seiner Füße beweget, und folglich auch gestärket. Auch müssen Sie ihme die Schuhe niemals zu enge machen lassen, weil dadurch nicht nur allein der den Füßen so nöthige Nahrungssaft verringert, sondern er auch ungestalter wird. Daher kömmt es auch, daß dergleichen Kinder nachmals keinen festen Tritt haben, nicht sicher auf den Füßen sind, nicht lange aufrecht stehen, und noch vielweniger einen weiten Weg zu Fuße machen können.

Da ich nun die Kleidungsstücke so weit wünsche, daß das Kind keinen Zwang leiden darf, sondern sich vollkommen frey bewegen kann, so werden Sie auch leicht einsehen, daß ich Ihrem lieben Töchterchen nur eine solche Schnierbrust erlauben kann, die aus sehr dünnen, feinen, biegsamen Fischbeinen, oder noch besser aus Darmseiten bereitet, nicht zu lang ist, und einen solchen Ausschnitt hat, daß es die Arme frey bewegen, und weder ihre Brust noch der Unterleib gedrückt werden kann. Ich hoffe

den von den steifen Schnürbrüsten entstehenden Schaden in der 2. Abtheilung Ihnen hinlänglich genug erwiesen zu haben.

Endlich müssen Sie auch Ihr liebes Kind frühzeitig genug warnen, mit andern Kindern keine Mütze oder Hut zu wechseln, weil schon oft auf diese Art der sogenannte Erbgrind durch die Ansteckung mitgetheilet worden.

III.

Von der Nahrung.

Im Voraus muß ich Ihnen sogleich sagen, es sey so begreiflich als natürlich, daß Ihr liebes Kind keinen Unterschied unter den Sachen, welche man demselben giebt, zu machen weiß; nur einige, als bittere, ätzende, und scharfe Sachen schlägt es aus, wozu noch jene besondere angeerbte Eigenschaft gezählet werden kann, vermöge welcher eines etwas gern ißt, welchem das andere entsaget, übrigens aber kennt Ihr Kind nichts, und es kommt nur auf die Gewohnheit an, was Sie demselben zu geben pflegen.

Kaum ist ihr liebes Kind ein Jahr alt, so lassen Sie ihm schon alles reichen, was die erwachsenen Personen haben, schon frühzeitig gewöhnen Sie es an alles, was so viele Erwachsene kaum ohne üble Folgen ertragen können. Kaffee, Chokolate, Bier, Wein, Zu-

ckerbrod, mit einem Wort, alles geben Sie dem Kinde, und legen aber auch dadurch den Grund zu vielen gefährlichen Krankheiten. Anstatt nun Ihr Kind an solche schädliche Sachen zu gewöhnen, so geben Sie ihm dafür fleißig Suppen zu essen, und behalten Sie solche bis zu derjenigen Zeit bey, da Ihr Kind die meisten Zähne hat. Ist es alsdenn im Stand selbst zu käuen, so können Sie ihm allerhand Zugemüse, und selbst ein wenig Fleisch zu essen geben. Hingegen sind Mehl und Milchspeisen, Erbsen, Linsen, Bohnen, Erdäpfel, alle Arten Pfannenkuchen, hartgesottene Eyer, Käß, eingesalzene Fische, geräuchertes Fleisch, nur nach und nach, wenn seine Jahre zunehmen, zu gestatten.

In Ansehung der Menge der Speisen, ist das Alter und die Verdauungskraft Ihres Kindes der beßte Maaßstab. Es ist schädlich, wenn Sie Ihr Kind zu sehr einschränken, und es fast verhungern lassen; es wird dadurch gewöhnlich naschhaft und gefräßig; aber es ist ihme auch eben so wenig dienlich, wenn Sie es alle Täge so viel essen lassen, bis es nicht mehr kann, sich erbricht und krank wird. Lassen Sie alle Speisen, diejenigen ausgenommen die Ihr Kind nicht essen darf, auf den Tisch bringen, und nun lassen Sie es satt essen. Sollte es sich überladen, so wird es die gütige Natur schon zur Genügsamkeit leiten, und ihme zeigen, wie viel es nöthig hat, um gesund zu bleiben.

Das

Das beßte Getränk für Ihr Kind ist Wasser mit ein wenig Wein vermischt. Bier kann es mit mehrern Jahren trinken lernen. Einen sehr schwachen Kaffee können Sie ihm zu einem Schälgen früh erlauben. Aber der pure Wein ist ihm schädlich, und der Liquer äußerst gefährlich.

IV.

Von der Bewegung und Ruhe.

Da es ein großes Vergnügen für Sie ist, wenn Ihr liebes Kind stehen oder laufen kann, so machen Sie auch um es dahin zu bringen, nicht selten zu frühzeitige Versuche, welche aber gewöhnlich fruchtlos und zum Nachtheil Ihres Kindes ablaufen. Es läßt sich die Natur nun einmal vor allemal nicht zwingen, und Ihr Kind erlangt nicht eher das Vermögen zu gehen, bis es hinlängliche Stärke in seinen Füßen hat; und erst durch viele Uebung erhält es die zum Gehen nöthige Herzhaftigkeit. Sie müssen daher Ihrer Kindsmagd befehlen, das Kind anfangs oft, aber nur wenig Minuten zwischen den Händen stehen zu lassen, bis seine Gelenke stark genug geworden sind.

Am beßten aber ist es, wenn Sie Ihr Kind in einen großen weiten Korb setzen, und ihme Küssen unterlegen. Hier lernet es bald, sich am Rand des Korbes aufheben, und sich

wieder niedersetzen. Es geht rund im Korb herum, und kann sich, wenn es ja fällt, keinen Schaden thun. Es ist viel daran gelegen, daß Sie sich, wenn Ihr Kind auch fällt, alsdann gar nicht darnach umsehen; dadurch wird es dreiste und zugleich behutsam, und lernet sich in die Höhe heben.

Auch müssen Sie Ihr Kind nicht immer auf einem Arm tragen lassen, weil es davon leicht schief wächst; und da es gemeiniglich den Kindsmägden am bequemsten ist, es auf dem linken Arm zu tragen, da denn das Kind seinen rechten Arm um den Hals der Kindsmagd schlägt, so gewöhnt es sich dadurch an die linke Hand, und verrichtet damit alles, was es mit der rechten verrichten sollte.

Durch das öftere Tanzen, da die Kindsmagd gemeiniglich Ihrem Kinde die eine Hand vor die Brust setzt, kann ihme leicht das Brustbein verrücket werden, welches Blutspeien und die Schwindsucht nach sich ziehen kann.

Wenn es anfängt zu gehen, müssen Sie ihme den Kopf mit einem Fallhut oder Bausch verwahren, indem er das Gesicht, und insbesondere die Nase beym Fallen beschützet. Sie müssen ihn daher vorne recht dick auspolstern, und um nicht den Kopf Ihres Kindes zu drücken, hinlänglich weit genug machen lassen. Kann Ihr liebes Kind fertig laufen, so ist sein Gebrauch nicht allein unnöthig sondern auch schädlich.

Die

Die Gängelbänder und Gängelwagen sind eine höchst elende und schädliche Erfindung. Mit dem letztern fahren die Kinder an allen Wänden an, stossen sich auf diese Art leicht an ihre Brust, fallen, und können sich durch ungeschickte Bewegungen, Brüche und Verrenkungen zu ziehen. Auf die ersteren hingegen stützen sie sich beständig mit ihrer Brust, die doch vor allen Theilen des Leibes eine freye Bewegung haben sollte, und verrücken dadurch auch leicht die Gelenke, woraus in Zukunft ein merklicher Auswuchs entsteht.

Die Bewegung und Ruhe muß bey einem Kinde miteinander abwechseln. Lebhafte Kinder können eine so starke Bewegung machen, daß man oft erstaunt wie sie es nur aushalten können; dahingegen schwächliche und kränkliche unthätig sind, und die Ruhe lieben.

Die beßte Ruhe erhält Ihr liebes Kind im Bette. Ich habe Ihnen oben schon gesagt, daß der Kopf und die Brust Ihres Kindes höher liegen müssen als die übrigen Theile, und daß man sie bald auf die rechte bald auf die linke Seite legen müsse. Dieß gilt auch von Ihren größern Kindern; auch müssen Sie ihnen nie gestatten, daß sie auf dem Bauche liegen, oder die Aerme über dem Kopf im Schlafe zusammen schlagen, weil ihr Schlaf durch eine solche unschickliche Lage unruhig wird.

Um den Schlaf Ihres lieben Kindes zu befördern, müssen Sie niemals zu geben, daß die Seele des Kindes, mit lebhaften oder schreckenden Bildern vor dem Schlafengehen eingenommen werde; noch weniger aber müssen Sie leiden, daß die Kindsmagd die Kinder mit Gewalt früh Morgens aus dem beßten Schlafe erwecke, insbesondere im Winter, wo es sehr schädlich wäre wenn das Kind aus dem Schweiß in ein kaltes Zimmer oder sogleich in die Schule gehen sollte. Endlich müssen Sie auch Ihrer Kindsmagd besonders wenn sie schon sehr alt ist, auf das schärfeste untersagen, sich ja nie zu unterstehen, Ihr Kind zu sich in das Bette zu nehmen, weil die vielfältige Erfahrung lehret, daß dergleichen Kinder dadurch elend werden und sich auszehren.

Befindet sich übrigens Ihr liebes Kind gesund, und wird es älter, so müssen Sie ihme alle Jahre eine Stunde am Schlaf abbrechen; aber es niemals plötzlich, sondern ganz gelind aus dem Schlaf erwecken; und geben Sie ihme sogleich beym Erwachen, nach vollbrachtem Gebeth, eine kleine Beschäfftigung, die ihme eine Freude verursachet, so kostet es auch wenig oder gar keine Mühe, es aus dem Bette zu bringen; sondern das Erwachen wird ihme vielmehr süß und angenehm seyn.

Sechszehnte Abtheilung.

Von der moralischen Erziehung.

Ob ich gleich überzeugt bin daß der Ausspruch:

„Man muß zuerst die Mutter ziehen,
„Denn kömmt die Reihe an das Kind.“

auf meine schätzbarste Leserinnen nicht angewendet werden darf, sondern daß im Gegentheil die Kinder von Ihnen als rechtschaffenen und guten Müttern die beßte Erziehung zu erwarten haben, so muß ich Ihnen doch über diese Materie das nothwendigste sagen, weil sie einen wichtigen Einfluß auf das Leben und die Gesundheit des Kindes hat.

Ein Kind ist ein Wachs, das sich in alle Formen drücken läßt. Es betrachtet nur alle Dinge der Welt von der Seite, die man ihm zeigt, und dieser Anblick bestimmt das sinnliche Urtheil, das es beständig davon fällen wird. Versuchen Sie es einmal und zeigen Sie ihm die eckelhaftesten Sachen unter einer angenehmen Gestalt, so wird sich eine Neigung gegen dieselbe in ihm entwickeln, die eben so seltsam ist, als die, womit ein junger Chineser an die zerdrückten Wanzen riecht, wovon ihm sein Vater gesagt hat, daß sie einen lieblichen Geruch haben; oder womit ein Mut-

tersöhnchen auf Reisen Oliven essen lernt, weil er sieht, daß sie dem Edelleuten gut schmecken.

Welche Vortheile könnte Sie nun nicht in der Kinderzucht erhalten, wenn Sie diese Maxime zum Beßten der Gesundheit der Kinder anwendeten. Woher kömmt es, daß viele Erwachsene einen Abscheu vor Arzneyen haben, als weil man in Erziehung derselben die Unvorsichtigkeit begangen hat, ihnen die Arzneyen, so wie die Schule, als eine Strafe vorzubilden, oder sie ihnen unter einer eckelhaften Gestalt vorzustellen.

Ihr liebes Kind wird einen Löffel voll Honig mit Vergnügen essen, wenn es von andern sieht, daß man es für eine angenehme Speise hält. Geben Sie ihme hingegen eben dieses Honig unter dem Namen einer Arzney, so wird es durch keine Versprechungen mehr zu bewegen seyn, ihn zu genießen. Dieser höchst schädliche Fehler, welcher verursacht, daß viel tausend Knder in ihren Krankheiten hilflos bleiben müssen, gründet sich einzig und allein auf den ersten Begriff von Arzneyen, den man ihnen auf der gehäßigen Seite vorgestellt hat. Denn was den übeln Geschmack der Arzneyen betrifft, so wird er ebenfalls bloß aus angewöhnten Begriffen für unangenehm gehalten, da wir doch täglich sehen, daß vielen Personen und Kindern die bittersten und säuersten Sachen angenehm sind, wenn sie dieselben freywillig

zur

zur Speise oder zur Näscherey wählen; gleichwie ein Kind im Spiele, aus Lust oder Ehrgeitz, weit härtere Stöße und Schläge mit Lachen verträgt, als die Streiche der strafenden Mutter sind, wobey es sich aus dem Athem weint.

Die Neigung zu den schädlichsten Lastern und Ausschweifungen der Kinder hat ihren Grund bloß in diesem Fehler der Erziehung, nämlich in der Unwissenheit der Kunst, sich des Geschmacks derselben zu ihrem Vortheile zu bedienen. Nicht leicht wird sich ein Mensch an das Laster der Trunkenheit, Hurerey, an das Nachtschwärmen, und jede andere schädliche Ausschweifungen gewöhnen, dem man in seiner Kindheit diese Neigungen in einer abscheulichen Gestalt auf eine solche Art gezeiget hat, die einen Eindruck in sein Herz machen können. Die Vorstellung der liebenswürdigen oder auch der scheinbar angenehmen Seite eines Gegenstandes neigt den Geschmack eben so stark zu ihm, als ihn die Vorstellung seiner wahren oder blos scheinbaren bösen Seite davon abneigen wird.

Hier, hier ist demnach ein medicinischer Bewegungsgrund, warum Sie den Kindern gleich in den ersten Auftritte ihres Lebens die Tugenden unter einer liebeswürdigen und angenehmen, die Laster aber, die ihrer Gesundheit schädlich werden könnten, unter einer gehäßigen Gestalt zeigen müssen. Sie sehen zugleich

hieraus, wie man sie selbst die Schranken der Tugenden und die Versuchungen des Lasters ihrem wahren Werth nach kennen lernen müsse, damit sie nicht durch beyde ihre Gesundheit in Gefahr setzen.

Die Neigungen des Kindes richten sich nach dem vorhandenen Muster. Ist dieses gut, so legt es auch den Grund zu einer guten Bildung des Herzens. Wie wichtig ist demnach Ihre Pflicht, selbst das beßte Muster Ihrer Kinder zu werden. Ein zärtlich liebreicher Umgang, der sich bis zu ihren Spielen herabläßt, wird Ihnen die Neigungen Ihrer Kinder, wenn Sie sie genau beobachten, leicht entdecken. Ihre Sanftmuth gewinnt der Kinder ganzes Herz; sie werden vertraut, offenherzig; und auf diese Art können Sie ihre Neigungen erforschen und entdecken. Eine andere Art zu verfahren ist ganz zweckwidrig; und die Erfahrung beweiset es auch täglich, daß Mütter welche über ihre Kinder herrschen, sie nicht leiten und ziehen können. Die Herrsucht macht die Kinder mißtrauisch, furchtsam — und List und Ränke sind in der Zukunft die traurigen Folgen.

Da es nicht möglich ist die bösen Beyspiele ganz zu entfernen, da die Kinder in dem Umgange mit andern auch selbst Erwachsenen, oft schlechte Muster nachahmen lernen, so wird es nöthig seyn, daß Sie den Kindern, so bald Sie einen solchen Fehler entdecken, wenn Sie

allein

allein sich mit ihnen unterhalten, die Schädlichkeit des Fehlerhaften und die wahre Schönheit des Guten zeigen, und zu diesem durch Ihren eigenen Vorgang, den Geschmack des Kindes zu lenken suchen.

Vergnügen und Munterkeit sind dem kindlichen Alter eigen. Sie müssen daher auch Ihre Kinder in ihren Freuden nicht stören. Aber Ihre Pflicht ist es sie unbemerkt einzuschränken, damit sie nicht in Wildfänge ausarten. Alle ihre Ergötzlichkeiten und Spiele müssen so eingerichtet seyn, daß sie zugleich die Kräfte des Körpers und der Seele, auf eine nützliche und angenehme Art beschäfftigen können.

Der wesentlichste Theil der Erziehung, und worauf man auch bey der größten Sorgfalt für dieselbe keinen Acht hat, ist daß Sie Ihre Kinder ihr Elend, ihre Schwachheit, ihre Abhängigkeit, das schwere Joch der Nothwendigkeit, welches die Natur dem Menschen auflegt, wohl fühlen lassen; und dieses nicht allein, damit sie empfindlich für dasjenige werden sollen, was man ihnen dieses Joch zu erleichtern unternimmt; sondern insonderheit, damit sie frühzeitig erkennen mögen, in was für einen Stand sie die Vorsehung gesetzt hat, damit sie sich nicht über ihre Kräfte erheben, und damit sie lernen, daß alles, was menschlich ist, sie ebenfalls angeht.

Durch

Durch die Aufmerksamkeit, welche Sie für das Geschrey der Kinder bezeugen, entweder ihnen nachzugeben, oder ihnen zu widersprechen, bestärken Sie sie darinnen. Es ist manchmal nichts weiter nöthig, um zu machen, daß sie einen ganzen Tag hindurch weinen, als daß sie gewahr werden, daß Sie nicht haben wollen, daß sie weinen sollen. Sie mögen ihnen schmeicheln, oder sie bedrohen, so sind alle Mittel durch welche Sie sie zum Schweigen bringen wollen, gleich schädlich, und bleiben beynahe allezeit ohne Wirkung. So lange Sie sich mit ihren Thränen beschäfftigen, so ist solche ein Grund für sie in denselben fortzufahren; allein sie kommen bald zurecht, wenn sie sehen, daß Sie keine Acht darauf geben. Denn niemand, groß oder klein, giebt sich gern eine vergebliche Mühe.

Wenn Sie dieser Regel folgen, so weint Ihr Kind niemals, als wenn es leidet. Alsdenn ist solches die Stimme der Natur, welche Sie nicht zwingen müssen; allein in dem Augenblick, da es nicht mehr leidet, wird es auch wieder still. Durch dieses gewinnen Sie so viel, daß Sie genau wissen können, wenn Ihr Kind Schmerzen empfindet, oder nicht; ein Vortheil, welchen Sie bey denjenigen verlieren, die bloß darum weinen, damit Sie sich die Mühe geben sollen, sie wieder zu besänftigen.

Wenn Sie nur darauf denken, das Kind für heute zum Stillschweigen zu bringen, so wird es morgen desto heftiger weinen. Und das ärgste ist noch dabey, daß die Hartnäckigkeit, welche es sich dadurch angewöhnet, bey zunehmendem Alter schädliche Folgen hat. Aus eben der Ursache, da es in einem Alter von drey Jahren ein Schreyer wird, wird es im zwölften widerspänstig, im zwanzigsten ein Zänker, im dreyßigsten gebietherisch, und unerträglich sein ganzes übriges Leben hindurch.

So wie ein frohes Herz allein ein gutes Geblüt macht, so raubt hingegen Furcht, Zwang und Stillsitzen den Kindern Gesundheit und natürliches Vermögen; denn Wachsthum und Kräfte, welche einmal verkürzt und erstickt sind, können in spätern Jahren nicht wieder gegeben werden. Ihre geschwächten Nerven machen sie zu gichterischen Krankheiten geneigt. Ihr saftvoller Körper, welcher immer warm gehalten wird, und nicht genug Bewegung hat, ist Ausschlägen, Geschwüren, Scharbock und Würmern unterworfen, wenn zumal die Kinder mit Ihnen von einerley festen, mannigfaltig gemischten und hitzigen Speisen genähret, und zu ihrer Lebensart gezwungen werden. Davon, daß sie zuviel im Zimmer eingesperret bleiben, werden sie weichlich und sehr empfindlich gegen die Abwechslungen der Luft, und sind deßwegen allerhand Erkältungen und Fiebern ausgesetzt. Eine Krankheit, die sie sich in diesen Jahren ein=

einmal zugezogen, kann einen solchen Eindruck, und solche Schwachheit nach sich lassen, die ihr Körper durch die ganze übrige Lebenszeit zu empfinden hat.

Rechtschaffene Mütter ziehen ihre Kinder in lauter Freude und Lustbarkeit auf, zu gleicher Zeit aber halten sie selbe auch zur Tugend an; denn die Freude widersteht sehr vielen Krankheiten, welchen das menschliche Geschlecht unterworfen ist. Sie müssen sie daher niemals mit Zwang unterrichten, sondern sich anstellen, als ob Sie ihnen die lange Weile damit vertreiben wollten; und da die Freude ein sicheres Mittel wider die Verstopfungen im Gekröse ist, denen sonderlich furchtsame Kinder, und die öfters sitzen müssen, vor andern unterworfen sind, so müssen auch Sie Ihre Kinder, wenn sie lustig sind und Lärmen machen, niemals deßwegen ausschelten oder gar schlagen; sondern wenn Sie anders selbst klug zu handeln begehren, ihnen einen andern Ort zum Spielen anweisen, wenn Ihnen der Lärmen gar zu beschwerlich wird. Denn Kinder so Sie hart und zu viel in diesem Fall bestrafen, werden dumm und schwächlich.

Giebt es nun aber Mütter, die zu streng mit ihren Kindern verfahren, so giebt es gewiß auch wiederum solche, die aus allzugroßer Nachsicht und Zulassung ihnen alles dasjenige gestatten, was ihrer Gesundheit schaden kann.

Mich

Mich dünkt, Sie sollten hier eine vernünftige Einrichtung treffen, und sie so gewöhnen, daß sie sich in Sachen, so ihnen zu einer Leibesbewegung gereichen, nicht immer durch andere bedienen lassen; auch sollen Sie ihnen ohne erhebliche Ursache nichts abschlagen; haben Sie ihnen aber einmal etwas abgeschlagen, so müssen Sie es ihnen niemals wieder gestatten, und zwar so, daß sie sich nicht unterstehen dürfen einen Einwurf machen; denn geben Sie ihrem Anhalten nur ein einzigesmal nach, so werden sie eigensinnig, wunderlich und von übler Laune, dieses ist aber ihrer Gesundheit sehr nachtheilig, weil sie dadurch ihre Freudigkeit, die sie um gesund zu bleiben haben müssen, verlieren.

Sehr schlimm ist es auch, wenn Sie ein Kind vor dem andern, wie es gar oft zu geschehen pflegt, lieber haben, und es in Gegenwart des andern mit vielen Liebesbezeugungen überhäufen. Denn die Eifersucht kann sodenn bey einem solchen Kinde, wie man aus der Erfahrung weiß, sehr betrübte und gefährliche Folgen nach sich ziehen.

Verwunden sich die Kinder etwan bey ihrem Spielen, so müssen Sie sie nicht heftig ausschmähen, damit sie, wenn ihnen wieder was begegnet, es so gleich anzeigen, und man ihnen auch sodenn alsogleich zu Hilfe kommen kann. Dieses ist eine sehr wichtige Sorgfalt, so die Klugheit und Mutterliebe von Ihnen fordert. Viele Aeltern würden gar viel üble und betrübte

Zufälle

Zufälle von ihren Kindern abwenden können, wenn sie dieselben so erzögen, daß sie ihnen ohne Scheu alles, was ihnen zustößt, entdecken dörften. Wie viele Kinder sind nicht schon in ihrem zärtesten Alter gestorben, und wie viele sind nicht schon blöde geworden, und in ein übles Wachsthum verfallen, nur deßwegen weil sie sich in ihrer Kindheit verwundet, und es, aus Furcht hart gestraft zu werden, vor ihren Aeltern verhelt haben. Der Umstand, der eine Kleinigkeit gewesen wäre, wenn man schleunige Hilfe geleistet hätte, wird ein unheilbares Uebel dadurch, daß ihn das Kind, so ihn an sich hat, aus Furcht verschwiegen. Wie sehr sind alsdenn solche arme Kinder nicht zu beklagen, wenn sie wegen ihrer unschuldigen Freude und ihres Spieles, wozu sie ihr Alter antreibt, das Schlachtopfer ihrer zornigen Aeltern werden, die anstatt ihre Schutzengel zu seyn, ihre größten Tyrannen und Mörder sind.

Sie müssen auch Ihre Kinder niemals zu hart züchtigen, denn ohne daß sie dadurch niederträchtige und knechtische Gesinnungen bekommen, auf Lügen und noch gröbere Laster verfallen, so ist auch ein solches Verfahren ihrer Gesundheit sehr nachtheilig, weil immerdar die Nerven desjenigen Theils, so geschlagen wird, Noth leiden. Ich könnte Ihnen genug Beyspiele anführen, daß Kinder ihre ganze Lebenszeit hindurch ein unheilbares Zittern gehabt haben, bloß allein davon, daß sie in ihrer Jugend

zu

zu hart sind gezüchtiget worden. Das wirksamste und vernünftigste Mittel ist, daß Sie ihnen dasjenige, so sie am liebsten haben, nicht gestatten, und ihnen dabey vorstellen, wie schädlich es sey, daß Sie sie strafen müssen, besteht aber diese Strafe in Beraubung der Leibesübungen, so muß sie von keiner langen Dauer seyn.

Arzneyen oder sogenannte Präservativmittel sind Ihren Kindern niemals zuträglich, es müßte dann eine dringende Noth vorhanden seyn. Beklagt sich Ihr liebes Kind über Kopf- oder Herzweh, wie man gemeiniglich zu sagen pflegt, so geben Sie ihm 24. Stunden lang wenig oder gar nichts zu essen, aber viel reines Wasser zu trinken, damit es einen Stuhlgang bekomme; auch müssen Sie ihm diese ganze Zeit über keine Gelegenheit zum Nachsinnen noch zur Traurigkeit geben, und so es Lust und das Vermögen hat, so können Sie es ein wenig in der freyen Luft herumlaufen lassen. Durch dieses Mittel werden Sie ihm sodann viel sicherer und geschwinder seine Gesundheit wiederherstellen, als durch Arzneymittel, die nur zu oft, anstatt die Ursache der Krankheit zu heben, dieselbe erst rege machen.

Ein sehr wichtiger Gegenstand bey der Erziehung ihrer Kinder sind endlich auch die Leidenschaften. Die unangenehmen sind für die Gesundheit Ihrer Kindheit sehr schädlich. Die Furcht läßt oft die ganze Lebenszeit hindurch

in ihrem Köper die traurigsten Spuren zurück. Wer als Kind in beständiger Furcht gelebt, wird auch in seinem erwachsenen Alter eine gewisse Zaghaftigkeit an sich bemerken lassen. Und finden wir nicht täglich, insbesondere unter Ihnen Personen, die ein nichtsbedeutendes Ding in Furcht und Schrecken setzen kann. Sind dieses nicht die Folgen unvorsichtig angebrachter Drohungen und Strafen? — Sind es nicht Ueberbleibsel von ehemals empfundenen Bangigkeiten, welche eine alte Kindswärterinn durch Erzehlung einer Mordgeschichte, einer Gespenstergeschichte oder anderer schreckbaren Abendtheuren dem Kinde zu machen beliebte? —

Sie müssen demnach den Kindermägden auf das schärfeste verbiethen, daß sie ja nicht solches abgeschmacktes Zeug Ihren Kindern zum Zeitvertreib vorerzählen. Die zarte Einbildungskraft der Kinder wird von solchen Erzählungen und fürchterlichen Gestalten ausnehmend erschüttert. Sie bekommen dadurch Schreckbilder in den Kopf, welche durch die Nacht aufs neue aufgeweckt werden. Hören sie hierauf ein Geräusch, so glauben sie schon, es wäre ein Gespenst. Trappen die Katzen auf dem Boden, es knarrt frisches Holz, der Wind bewegt ein altes Fester oder Thüre, so muß dieß ein Geist, ein Gespenst seyn.

Zu der den Kindern eingejagten Furcht gehören noch weiter muthwillige und höchst gefähr-

fährliche dumm spaßhafte Erschreckungen. Man läßt z. B. am Nikolaus= oder heiligen Christabend einen fürchterlich verlarvten Knecht Ruprecht kommen, welcher die armen Kinder in Furcht und Zittern bringen soll. — Man will zuweilen einem Kind einen Possen spielen, oder sich mit einem einfältigen oder furchtsamen Kind eine Kurzweil machen, man verkleidet sich, klopft Abends an die Thüre, oder giebt ihm in der Nacht unversehens einen Schlag. Aber dergleichen ungeschickte Scherze haben schon manchen Kindern die heftigste Nervenkrankheit zugezogen, und geschieht dieß zum größten Glück des armen Kindes nicht, so ist doch die Folge von allen diesen dummen Mitteln: daß Kinder sich nachher nicht getrauen allein zur Thür hinaus zu gehen.

Heftiges Gewitter ist noch eine Gelegenheit, wo Kinder furchtsam werden, wenn alles um ihnen herum zittert, erblasset, und vom Einschlagen beständig gesprochen wird. Man lasse Kindern seine Furcht wenigstens nicht merken, und mache es wie jene Ofenhelden, die sich vor tausend nicht fürchten. Und da das Frauenzimmer von Natur schwächer und also auch furchtsamer ist, so rathe ich Ihnen lieber auf die Seite zu gehen, damit Sie Ihre Kinder nicht mit der Furcht anstecken.

Dieß sey genug von der moralischen Erziehung, in so fern sie sich noch auf kleine unerwach-

wachsene Kinder bezieht. Uebrigens schließe ich gegenwärtige Abhandlung mit nachfolgendem heissestem Wunsche: Möchten doch die in gegenwärtiger Abhandlung vorgetragenen manchmal nöthige bittere Wahrheiten, nebst den damit verbundenen Gesundheitsvorschriften, recht allgemein befolget werden! Möchten doch meine schätzbarste Leserinnen wenigstens von Ihrer Seite alles dieses recht beherzigen, und die übeln manchmal äußerst schädlichen Gewohnheiten, Vorurtheile und Schwelgereyen aus Ihrer und Ihrer lieben Kinder Lebensart verbannen!

EIGENTHUM DER STADT AUGSBURG

BSB Bayerische StaatsBibliothek
MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Essich, Johann Gottfried,

Lesebuch für angehende und zukünftige Mütter

Augsburg 1787

Augsburg, Staats- und Stadtbibliothek -- H 659#(Beibd.
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11251371-0
VD18 12419923-001